

☆2024年3月給食献立表☆ 共栄保育園・みのり園【今月の献立テーマ:リクエストメニュー】

★印はぞう組さんのリクエストメニューです！

曜日	月 11	火 12・26	水 13・27	木 14・28	金 15・29	土 2・16・30	
献立名	ビビンバ チョレギサラダ わかめスープ	ごはん さわらのかば焼き 切干大根煮 かきたま汁	ごはん 豚の生姜焼き 温野菜 みそ汁	ごはん ★鮭のマヨネーズ焼き おかか和え みそ汁	ひなまつりごはん チーズハンバーグ ブロッコリー お吸い物	ごはん ★鶏の照り焼き カブの炒めもの みそ汁	食パン シチュー バナナ
	主 食	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 食パン※乳 1枚 3/4枚 →乳ア)南瓜パン
	材 料	合い挽き肉 25 20 生姜汁 0.8 0.64 砂糖 1.5 1.2 濃口醤油 2.5 2 ほうれん草 25 20 人参 15 12 もやし 15 12 砂糖 0.2 0.16 濃口醤油 1 0.8 白胡麻 0.8 0.64 キャベツ 15 12 白菜 15 12 人参 8 6.4 きゅうり 8 6.4 韓国のみ 0.2 0.16 薄口醤油 1.2 0.96 酢 1 0.8 塩 0.3 0.24 ごま油 0.4 0.32 白ごま 0.6 0.48 わかめ 0.3 0.24 えのき 8 6.4 鶏がらの素 1.5 1.2 薄口醤油 0.2 0.16 水 120 96	さわら 50 40 薄力粉 5 4 サラダ油 適宜 適宜 砂糖 3 2.4 濃口醤油 1.5 1.2 みりん 1.5 1.2 だし汁 8 6.4 切干大根 3 2.4 人参 8 6.4 油揚げ 6 4.8 小松菜 12 9.6 ごま油 0.5 0.4 だし汁 20 16 砂糖 0.6 0.48 ほうれん草 20 16 卵 15 12 →卵ア)豆腐 塩 0.1 0.08 薄口醤油 1.4 1.12 みりん 0.8 0.64 だし汁 120 96	豚ロース肉 50 40 玉葱 25 20 土生姜 5 4 濃口醤油 4 3.2 みりん 4 3.2 砂糖 3 2.4 酒 6 4.8 ブロッコリー 25 20 人参 20 16 マヨドレ 適宜 適宜 さつまいも 20 16 油揚げ 8 6.4 葱 1 0.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	サケ 50 40 塩 0.1 0.08 玉ねぎ 1 0.8 パセリ 0.5 0.4 マヨドレ 5 4 牛乳 2 1.6 →乳ア)豆乳 粉チーズ※乳 1.5 1.2 ほうれん草 25 20 人参 8 6.4 もやし 15 12 かつお節 0.5 0.4 薄口醤油 0.5 0.4 なめこ 10 8 木綿豆腐 20 16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	サケフレーク 3 2.4 絹さや 1本 1本 人参・花型 10 8 炒り卵 10 8 →卵ア)ゆかり 塩 適宜 適宜 砂糖 適宜 適宜 酒 適宜 適宜 合いびき肉 40 32 玉葱 30 24 パン粉 3 2.4 牛乳 4 3.2 ナツメグ 適宜 適宜 塩麹 2 1.6 →乳ア)× ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8 ブロッコリー 20 16 しめじ 8 6.4 花麩 1 1 三つ葉 0.6 0.48 塩 0.1 0.08 薄口醤油 1.4 1.12 みりん 0.8 0.64 だし汁 120 96	鶏もも肉・唐揚げ 60 48 土生姜 0.4 0.32 濃口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 砂糖 0.8 0.64 カブ 25 20 キャベツ 15 12 ベーコン※卵 8 6.4 →卵ア)ウインナー 塩 適宜 適宜 オリーブオイル 0.8 0.64 コンソメ 0.8 0.64 塩コショウ 適宜 適宜 人参 15 12 しめじ 15 12 葱 1 0.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96
献立名	牛乳 ライスクッキー クラッカー	牛乳 ねじりん棒(幼・ば・り) 南瓜ポーロ(ひ) チーズ	★フルーツヨーグルト(幼) ヨーグルト(乳) さかなっこ(幼・ば) 豆乳クッキー(り・ひ)	牛乳 ★のりじゃこトースト	カルピス いちごムース	牛乳 ★キラキラゼリー ウエハース(幼)	牛乳 袋菓子
	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳	ヨーグルト※乳 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト みかん缶 30 *幼児のみ さかなっこ(幼児ばんだ) 1p 1/2p 豆乳クッキー(ひよこりす) 1p	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 食パン※乳 1/2枚 1/2枚 NEWいちごムース※乳 1個 1個 →乳ア)南瓜パン しらす 3 2.4 刻みのり 1 0.8 マヨドレ 5 4	カルピス※乳 120 100 →乳ア)豆乳 NEWいちごムース※乳 1個 1個 *クッキングキョート イチゴ 1個 1個 ホイップクリーム※乳 適量 適量 *ミツオ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 カクテルゼリー 35 28 (リンゴ・ブドウ・モモ・豆乳) 黄桃缶 25 20 みかん缶 10 8 ウエハース※卵乳 1枚 →卵乳)ベビースティック	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳
	ライスクッキー 2枚 1枚 クラッカー 1p 1p	ねじりん棒(幼・ば・り) 10 8 南瓜ポーロ(ひ) 10 スティックチーズ※乳 1本 1本					

★数値は、子ども1人あたりの分量(g)です。家庭で作られる際の参考にしてください。

★材料・仕入れなどの関係で献立を変更する場合があります。

☆2024年3月給食献立表☆ 共栄保育園・みのり園【今月の献立テーマ:リクエストメニュー】

★印はぞう組さんのリクエストメニューです！

曜日 日	月 4・18	火 5・19	水 6	木 7・21	金 8・22	土 9・23
献立名	ごはん 鶏の味噌チーズ焼き 白和え すまし汁	★カレーライス 水族館サラダ カニさんウインナー(幼) タコさんウインナー(幼・乳) ※ウインナー5日のみ	こんぶごはん(幼) ごはん(乳) 豆腐ハンバーグ ひじき煮 みそ汁	のりごはん ★カレーのから揚げ カリカリシーザーサラダ みそ汁	★わかめうどん ポテトサラダ	給食なし 9日:お弁当給食 23日:卒園式
	主食	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 ゆでうどん 150 100
昼食	鶏もも肉 60 48 塩 適宜 適宜 米みそ 3 2.4 砂糖 3 2.4 粉チーズ※乳 2 1.6	合い挽き肉 20 16 人参 15 12 玉葱 25 20 馬鈴薯 40 32 カレールウ 10 8 →乳ア)乳なしカレールウ	木綿豆腐 30 24 豚ミンチ 30 24 玉ねぎ 6 4.8 葱 3.5 2.8 パン粉 4 3.2 マヨドレ 4.5 3.6 塩 0.1 0.1 ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8	カレー 50 40 土生姜 0.8 0.6 濃口醤油 1.6 1.3 酒 1.6 1.3 薄力粉 3 2.4 片栗粉 3 2.4 油 3 2.4 キャベツ 20 16 人参 10 8 きゅうり 15 12 ホールコーン 5 4 とんがりコーン 2 1.6 (ひよこなし) マヨネーズ※卵 5 4 →卵ア)マヨドレ レモン果汁 0.6 0.5 粉チーズ 0.8 0.6 塩コショウ 適宜 適宜	豚ロース肉 20 16 わかめ 0.4 0.3 人参 10 8 玉ねぎ 10 8 筍水煮 8 6.4 葱 3 2.4 薄口醤油 8 6.4 だし汁 140 112 じゃが芋 30 24 胡瓜 10 8 ツナフレーク 8 6.4 卵 10 8 牛乳 2 1.6 →乳ア)豆乳 マヨネーズ※卵 2.5 2 →卵ア)マヨドレ 塩 0.1 0.1	
	材料	小松菜 15 12 人参 10 8 えのき 8 6.4 つきこんにゃく 6 4.8 木綿豆腐 12 9.6 すりごま 1.5 1.2 砂糖 1.5 1.2 塩 0.2 0.2 薄口しょうゆ 0.5 0.4 玉葱 20 16 ほうれん草 12 9.6 塩 0.1 0.1 薄口醤油 1.4 1.1 みりん 0.8 0.6 だし汁 120 96	水 60 48 キャベツ 30 24 わかめ 0.4 0.3 ツナフレーク 8 6.4 カニカマ※卵 8 6.4 砂糖 0.5 0.4 塩 0.2 0.2 米酢 0.7 0.6 サラダ油 1.2 1 カニさんウインナー 0.5本 (幼) *5日のみ タコさんウインナー 1本 1本 (幼・乳) *5日のみ	ごま油 1 0.8 砂糖 2 1.6 薄口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 だし汁 20 16 かぼちゃ 20 16 ほうれん草 15 12 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	白菜 15 12 玉ねぎ 15 12 葱 1 0.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	
献立名	牛乳 ミレービスケット(幼ばり) ミニ野菜スティック(ひ) チーズ	牛乳 ★りんご蒸しパン(5日) ★かぼちゃ蒸しパン(19日)	牛乳 ★ポテトチップス(幼) フライドポテト(乳)	牛乳 バナナ・★ミルクチップ(7日幼) バナナ・豆乳クッキー(7日乳) ★お好み焼き(21日)	★鮭おにぎり ウエハース(幼)	牛乳 袋菓子
	材料	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ミレービスケット (幼・ばり) 15 10 ミニ野菜スティック (ひ) 1P スティックチーズ※ 1本 1本	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ホットケーキミックス 16 13 ベーキングパウダー 0.1 0.1 りんごジャム 10 8 水 12 9.6 (5日) ホットケーキミックス 16 13 ベーキングパウダー 0.1 0.1 黒砂糖 2 1.6 水 12 9.6 かぼちゃ 20 16 (19日)	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 じゃが芋 40 塩 適宜 青のり 適宜 揚げ油 適宜 じゃが芋 40 揚げ油 適宜 塩 適宜	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 バナナ 1/2本 1/2本 ミルクチップ※乳 2個 →乳ア)豆乳クッキー 豆乳クッキー 1/2p (7日) 豚ミンチ 15 12 キャベツ 25 20 葱 5 4 卵 15 12 薄力粉 7.5 6 ベーキングパウダー 0.3 0.2 かつお粉 0.7 0.6 だし汁 10 8 塩 0.2 0.2 お好みソース 3 2.4 マヨネーズ※卵 2 1.6 →卵ア)マヨドレ かつお節 0.1 0.1 青のり 0.1 0.1 (21日)	六分米 30 30 鮭フレーク 10 10 焼きのり 1枚 ウエハース※卵乳 1枚 →卵乳)ベビースティック

★数値は、子ども1人あたりの分量(g)です。家庭で作られる際の参考にしてください。

★材料・仕入れなどの関係で献立を変更する場合があります。

☆2024年3月きりん組献立表☆ みのり園

曜日	月 11	火 12・26	水 13・27	木 14・28	金 1・15・29	土 2・16・30		
きりん組夕食	献立名	ごはん ピーマンの肉詰め 温野菜 すまし汁 チーズ	ごはん 野菜炒め ウインナー みそ汁	ごはん サバの塩麹焼き 高野豆腐の炊き合わせ みそ汁 牛乳	ごはん タンドリーチキン サラダ コンソメスープ ヨーグルト	ごはん 豚すき焼き風に みそ汁	わかめおにぎり 具だくさん汁 ヨーグルト	
	主食	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 70 56	
	材料	ピーマン	30 24	鶏もも肉・細切れ 25 20	サバ 50 40	鶏もも肉・唐揚げ 60 48	豚ロース肉 20 16	ベーコン※卵乳 15 12
		玉葱	10 8	キャバツ 20 16	塩麹 3 2.4	ブルガリアヨーグルト※乳 12 9.6	焼き豆腐 50 40	人参 8 6.4
		豚ミンチ	30 24	人参 12 9.6		→乳ア)豆乳ヨーグルト	麩 2 1.6	玉葱 10 8
		卵	6 4.8	ピーマン 6 4.8	高野豆腐 6 4.8	にんにく 0.1 0.08	人参 20 16	南瓜 15 12
		牛乳	3 2.4	玉ねぎ 15 12	じゃがいも 40 32	しょうが 0.1 0.08	玉ねぎ 30 24	しめじ 8 6.4
		塩	少々 少々	もやし 10 8	人参 20 16	レモン汁 0.6 0.48	糸こんにゃく 8 6.4	米みそ 6 4.8
		パン粉	適宜 適宜	ごま油 1 0.8	三度豆 5 4	ケチャップ 3 2.4	三度豆 5 4	だし汁 120 96
		薄力粉	3 2.4	砂糖 0.8 0.64	だし汁 30 24	カレー粉 0.1 0.08	だし汁 24 19.2	
ケチャップ		適宜 適宜	オイスターソース 1 0.8	砂糖 1.2 0.96	塩 0.2 0.16	砂糖 2 1.6	ヨーグルト※乳 78 39	
人参		15 12	鶏ガラの素 1 0.8	塩 0.23 0.184	薄口醤油 2.5 2	濃口醤油 2.5 2	→乳ア)豆乳ヨーグルト	
じゃが芋	15 12	ウインナー 2本 1本	薄口醤油 2.5 2	きやべつ 25 24	薄口醤油 1.5 1.2			
白菜	15 12	かぶ(葉付き) 20 16	大根 15 12	人参 5 4	南瓜 20 16			
もやし	8 6.4	米みそ 6.5 5.2	わかめ 0.2 0.16	酢 2 1.6	玉ねぎ 12 9.6			
塩	0.1 0.08	だし汁 120 96	米みそ 6.5 5.2	砂糖 0.2 0.16	米みそ 6.5 5.2			
薄口醤油	1.4 1.12		だし汁 120 96	塩 0.2 0.16	だし汁 120 96			
みりん	0.8 0.64			オリーブ油 1 0.5				
だし汁	120 96		牛乳 100 70					
スティックチーズ※乳	1本 1本		→乳ア)豆乳	玉葱 15 12				
				人参 10 8				
				パセリ 適宜 適宜				
				水 120 96				
				コンソメ 1 0.8				
				薄口しょうゆ 0.5 0.4				
				ヨーグルト※乳 78 39				
				→乳ア)豆乳ヨーグルト				
曜日	月 4・18	火 5・19	水 6	木 7・21	金 8・22	土 9・23		
きりん組夕食	献立名	ごはん オムレツ マカロニサラダ コンソメスープ	ごはん サワラ照り焼き 五色和え すまし汁 ★プリン	★たこ焼き コンソメスープ ヨーグルト	ごはん ★おでん みそ汁 ★みかん/みかん缶	ごはん ★からあげ ★人参しりしり みそ汁 牛乳	中華丼 中華スープ ヨーグルト	
	主食	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	
	材料	卵	40 32	サワラ 50 40	たこ焼き粉※卵 62 49.6	鶏もも肉 40 32	鶏もも肉 60 48	豚もも肉 25 20
		鶏ミンチ	8 6.4	砂糖 0.8 0.64	卵 16 12.8	大根 40 32	土生姜 0.2 0.16	白菜 30 24
		人参	8 6.4	濃口醤油 2 1.6	水 適量 適量	人参 20 16	濃口醤油 1.2 0.96	人参 8 6.4
		玉葱	20 16	みりん 2 1.6	きやべつ 30 24	じゃが芋 30 24	酒 1.2 0.96	えのき 6 4.8
		パセリ	0.5 0.4	小松菜 15 12	タコ 15 ×	厚揚げ 20 16	薄力粉 3 2.4	しょうが 0.3 0.24
		砂糖	0.6 0.48	もやし 12 9.6	トマト 15 12	板こんにゃく 10 8	片栗粉 1 0.8	にんにく 0.3 0.24
		塩	0.2 0.32	人参 8 6.4	ピザソース 適宜 適宜	砂糖 3 2.4	米粉 2 1.6	薄口醤油 2 1.6
		酒	0.3 0.24	しめじ 6 4.8	ピザ用チーズ 5 4	塩 0.1 0.08	揚げ油 3 2.4	酒 2 1.6
だし汁		5 4	ホールコーン 3 2.4	ホールコーン 5 4	薄口醤油 6 4.8	人参 40 32	中華スープ 1 0.8	
ケチャップ		5 4	かつお節 1.2 0.96	ウインナー 3本 2本	みりん 2 1.6	ツナ缶(水煮) 8 6.4	水 適宜 適宜	
マカロニ	10 8	薄口醤油 2 1.6	ヘビースターラーメン 5 4	だし汁 50 40	みりん 1 0.8	片栗粉 適宜 適宜		
ハム※卵	5 6.4	わかめ 0.2 0.16	天かす 適量 適量	わかめ 0.2 0.16	顆粒だし 0.3 0.24	わかめ 0.2 0.16		
きゅうり	10 8	えのき 8 6.4	お好みソース 適量 適量	玉麩 0.8 0.64	薄口醤油 0.5 0.4	中華スープ 1.5 1.2		
卵	8 6.4	塩 0.1 0.08	あおさ(青のり) 適量 適量	米みそ 6.5 5.2	もやし 6 4.8	薄口醤油 0.2 0.16		
マヨネーズ※卵	4 3.2	薄口醤油 1.4 1.12	玉葱 5 4	だし汁 120 96	里芋 6 4.8	水 120 96		
→卵)マヨドレ		みりん 0.8 0.64	にんじん 5 4	みかん(幼) 1個	みみそ 6.5 5.2	十勝ヨーグルト 78 78		
塩	0.1 0.08	だし汁 120 96	コンソメ 1.5 1.2	みかん缶(乳) 30	だし汁 120 96	→乳)豆乳ヨーグルト		
ベーコン※卵	5 4	薄口醤油 1 0.8	水 120 96					
かぶ(葉なし)	15 12	プリンプリン※卵乳 1個 1個			牛乳 100 70			
水	120 96	→卵乳ア)フルーツゼリー			→乳ア)豆乳			
コンソメ	1 0.8		十勝ヨーグルト 78 78					
薄口しょうゆ	0.5 0.4		→乳)豆乳ヨーグルト					

★数値は、子ども1人あたりの分量(g)です。家庭で作られる際の参考にしてください。

★材料・仕入れなどの関係で献立を変更する場合があります。