

☆2024年5月給食献立表☆ 共栄保育園・みのり園

曜日 日	月 13・27	火 14・28	水 1・15・29	木 2・16・30	金 17・31	土 18
献立名	ごはん 鶏の味噌チーズ焼き 温野菜 みそ汁	カレーライス フレンチサラダ	わかめうどん ポテトサラダ チーズ(幼)	ゆかりごはん(2日のみ) ごはん(16日・30日) ハンバーグ ブロッコリーの中華和え みそ汁	ごはん さわらの照り焼き ひじき煮 すまし汁	調理パン バナナ 牛乳
	主 食	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 うどん 150 100	幼児 乳児 六分米 50 40 ゆかり(2日のみ) 適量 適量	幼児 乳児 六分米 50 40 フランクフルト※卵乳 1個 1個 ベーコンエッグ※卵乳 1個 ツナコーン※卵乳 1個 1個 →卵乳ア・完了) 南瓜パン 2個 ウインナー※卵乳なし 1本 ケチャップ 5 *ひよこりす・アレルギー児
	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 3 2.4 人参 15 12 ブロッコリー 20 16 マヨドレ 5 4 南瓜 20 16 玉ねぎ 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	豚ミンチ 30 24 サラダ油 1 0.8 人参 20 16 玉ねぎ 30 24 じゃが芋 40 32 カレールウ※乳 10 8 →乳ア) 乳なしカレールウ キャベツ 28 22.4 人参 8 6.4 ツナフレーク 5 4 砂糖 0.5 0.4 塩 0.2 0.16 米酢 0.7 0.56 サラダ油 1.2 0.96	わかめ 0.4 0.32 豚もも肉 20 16 人参 8 6.4 玉ねぎ 8 6.4 葱 2 1.6 薄口醤油 6 4.8 だし汁 140 112 じゃがいも 30 24 きゅうり 10 8 人参 8 6.4 ツナフレーク 5 4 牛乳 2 1.6 →乳ア) 豆乳 マヨドレ 2.5 2 塩 0.1 0.08 スティックチーズ※乳 1本	ハンバーグ 1個 1個 *ミツオさん・冷凍 ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8 ブロッコリー 25 20 もやし 10 8 人参 10 8 鶏ガラの素 0.8 0.64 薄口醤油 0.8 0.64 ごま油 0.5 0.4 白ごま 0.5 0.4 わかめ 0.2 0.16 お麩(星型) 2日 1 0.8 お麩16日・30日 1 0.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	さわら 50 40 砂糖 0.8 0.64 濃口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 ひじき 2.5 2 油あげ 4 3.2 人参 10 8 ごま油 1 0.8 だし汁 20 16 砂糖 2 1.6 薄口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 大根 12 9.6 しめじ 10 8 葱 1 0.8 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
材 料	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 3 2.4 人参 15 12 ブロッコリー 20 16 マヨドレ 5 4 南瓜 20 16 玉ねぎ 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	豚ミンチ 30 24 サラダ油 1 0.8 人参 20 16 玉ねぎ 30 24 じゃが芋 40 32 カレールウ※乳 10 8 →乳ア) 乳なしカレールウ キャベツ 28 22.4 人参 8 6.4 ツナフレーク 5 4 砂糖 0.5 0.4 塩 0.2 0.16 米酢 0.7 0.56 サラダ油 1.2 0.96	わかめ 0.4 0.32 豚もも肉 20 16 人参 8 6.4 玉ねぎ 8 6.4 葱 2 1.6 薄口醤油 6 4.8 だし汁 140 112 じゃがいも 30 24 きゅうり 10 8 人参 8 6.4 ツナフレーク 5 4 牛乳 2 1.6 →乳ア) 豆乳 マヨドレ 2.5 2 塩 0.1 0.08 スティックチーズ※乳 1本	ハンバーグ 1個 1個 *ミツオさん・冷凍 ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8 ブロッコリー 25 20 もやし 10 8 人参 10 8 鶏ガラの素 0.8 0.64 薄口醤油 0.8 0.64 ごま油 0.5 0.4 白ごま 0.5 0.4 わかめ 0.2 0.16 お麩(星型) 2日 1 0.8 お麩16日・30日 1 0.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	さわら 50 40 砂糖 0.8 0.64 濃口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 ひじき 2.5 2 油あげ 4 3.2 人参 10 8 ごま油 1 0.8 だし汁 20 16 砂糖 2 1.6 薄口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 大根 12 9.6 しめじ 10 8 葱 1 0.8 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	牛乳 120 100 バナナ 1/2本 1/2本 うの花クッキー 2枚 1枚
	献立名	牛乳 一口ゼリー クラッカー	牛乳 バナナ うの花クッキー	ヨーグルト 豆乳クッキー	牛乳 しょうゆせんべい(幼・ば) ベビースティック(り) チーズ	牛乳 ジャムサンド(いちご)
お や つ	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 一口ゼリー 2個 2個 クラッカー 1袋 1袋	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 バナナ 1/2本 1/2本 うの花クッキー 2枚 1枚	ヨーグルト※乳 75 75 →乳ア) 豆乳ヨーグルト 豆乳クッキー 1袋 1袋	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 醤油せんべい 1袋 1袋 (幼・ば) ベビースティック 1P (り) スティックチーズ※乳 1本 1本	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 南瓜パン 2個 1個 イチゴジャム 10 8	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 袋菓子
	材 料	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 バナナ 1/2本 1/2本 うの花クッキー 2枚 1枚	ヨーグルト※乳 75 75 →乳ア) 豆乳ヨーグルト 豆乳クッキー 1袋 1袋	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 醤油せんべい 1袋 1袋 (幼・ば) ベビースティック 1P (り) スティックチーズ※乳 1本 1本	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 南瓜パン 2個 1個 イチゴジャム 10 8	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 袋菓子

★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5月給食献立表☆ 共栄保育園・みのり園

曜日 日	月 20	火 7・21	水 8・22	木 9・23	金 10・24	土 11・25			
献立名	ごはん カレイの味噌焼き 切干大根煮 みそ汁	ごはん 星のコロッケ ほうれん草のごま和え みそ汁	ごはん 鮭の塩焼き おかか和え すまし汁 チーズ(幼)	ごはん 鶏の梅照り焼き ナムル みそ汁	パン ごまドレサラダ ポトフ	サンドイッチ 牛乳 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 フォカッチャ※乳 2個 南瓜パン 2個	幼児 乳児 サンドイッチ※卵乳 2山 1山 →卵乳ア・完了)		
		昼食	カレイ 50 40 みそ 5 4 みりん 2 1.6 だし汁 適宜 適宜	星のコロッケ 1個 1個 *ミツオさん・冷凍 ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8	鮭 50 40 塩 0.1 0.08 ブロッコリー 25 20 にんじん 12 9.6 小松菜 12 9.6 かつお節 0.5 0.4 薄口醤油 0.5 0.4	鶏もも肉(唐揚げ用) 60 48 土生姜 0.2 0.16 梅干し 2 1.6 濃口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 砂糖 2 1.6	キャベツ 15 12 ブロッコリー 20 16 人参 10 8 マヨドレ 3 2.4 砂糖 1.5 1.2 米酢 1 0.8 薄口醤油 0.5 0.4 ごま油 0.4 0.32 すりごま 2 1.6	南瓜パン 2個 ツナフレーク 8 マヨドレ 5 *ひよこりす・アレルギー児 牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 バナナ 1/2本 1/2本	
材料	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 薄口しょうゆ 1.5 1.2 みりん 0.5 0.4		ほうれん草 25 20 人参 10 8 ちくわ(卵不使用) 8 6.4 ↑(完了×) 砂糖 1.5 1.2 白胡麻 1 0.8 薄口醤油 1.5 1.2 しめじ 12 9.6 油揚げ 6 4.8 葱 1 0.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	お麩 1 0.8 えのき 10 8 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 スティックチーズ※乳 1本	もやし 10 8 小松菜 20 16 砂糖 1.8 1.44 濃口醤油 1.1 0.88 米酢 1.4 1.12 胡麻油 0.2 0.16 玉葱 15 12 わかめ 0.2 0.16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	ウインナー 2本 2本 じゃが芋 30 24 人参 15 12 玉ねぎ 15 12 パセリ 適量 適量 だし汁 120 96 塩 0.6 0.48			
	献立名		牛乳 ねじりん棒(幼・ば) 南瓜ポーロ(り・ひ) 一口ゼリー	牛乳 ミニ野菜スティック ミルクチップ(幼)	ヨーグルト クラッカー	牛乳 ジャムサンド(りんご)	牛乳 バナナ チーズ	牛乳 フルーツゼリー(幼) 袋菓子(幼・乳)	
			おやつ	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳	ヨーグルト※乳 75 75 →乳ア) 豆乳ヨーグルト	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳
				材料	ねじりん棒 10 8 南瓜ポーロ 10 一口ゼリー 1個 1個	ミニ野菜スティック 1袋 1袋 ミルクチップ※乳 1個	クラッカー 1袋 1袋	南瓜パン 2個 1個 りんごジャム 10 8	バナナ 1/2本 1/2本 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。