

☆2024年6月給食献立表☆ 共栄保育園・みのり園【献立テーマ：大豆・大豆食品】

曜日 日	月 10・24	火 11・25	水 12・26	木 13・27	金 14・28	土 1・15・29	
昼食	献立名	ごはん サワラの照り焼き ごま酢和え みそ汁	ごはん 鶏のオイスターソース焼き マカロニサラダ 春雨スープ	ごはん 鮭の味噌焼き 高野豆腐の煮物 すまし汁	パン シチュー 青じそサラダ	カレーうどん まめまめサラダ	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 六分米 50 40	幼児 乳児 ロールパン 2個 2個 →ア・りす・ひよこ 南瓜パン	幼児 乳児 ゆでうどん 150 100	幼児 乳児 フランクフルト※卵乳 1個 1個 ベーコンエッグ※卵乳 1個
	材料	さわら 50 40 砂糖 0.8 0.6 濃口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 ほうれん草 20 20 人参 8 6.4 しめじ 8 4 竹輪(完了×) 5 0.8 薄口醤油 2.5 2 だし汁 25 20 木綿豆腐 20 16 わかめ 0.2 0.16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	鶏もも肉(唐揚げ用) 60 48 にんにく 0.1 0.1 オイスターソース 3.8 3 マカロニ 8 6.4 きゅうり 10 8 南瓜 10 8 玉ねぎ 5 4 ツナフレーク 5 4 マヨネーズ※卵 →卵ア) マヨドレ 塩 適宜 適宜 春雨 3 2.4 チンゲン菜 12 9.6 もやし 8 6.4 鶏がらの素 1.5 1.2 薄口醤油 0.2 0.2 水 120 96	鮭 50 40 みそ 5 4 みりん 2 1.6 だし汁 適宜 適宜 高野豆腐 6 4.8 人参 11 16 大根 20 12 三度豆(完了×) 3 24 だし汁 20 24 砂糖 0.8 1 薄口醤油 2.3 2 みりん 1 1.6 わかめ 0.2 0.16 お麩 1 0.8 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	南瓜パン 2個 鶏ももにく 35 16 じゃがいも 50 24 玉葱 30 16 人参 20 16 しめじ 8 6 ホワイトルウ 15 12 牛乳 適宜 適宜 水 適宜 適宜 →乳ア) 乳なしカレールウ ブロッコリー 15 12 きゃべつ 15 12 人参 8 6.4 ツナフレーク 5 4 青じそドレッシング 3 2.4	合い挽きミンチ 20 16 人参 8 6.4 玉葱 20 16 葱 4 3.2 カレールウ※乳 8 6.4 →乳ア) 乳なしカレールウ 薄口醤油 4 4.8 だし汁 140 112 大豆水煮 15 12 玉葱 10 8 人参 5 4 胡瓜 10 8 ホールコーン 5 4 パセリ 1 0.8 砂糖 0.8 0.6 塩 0.3 0.2 米酢 1.1 0.9 サラダ油 1.8 1.4	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 牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 バナナ 1/2本 1/2本 1日お弁当日
献立名	ヨーグルト/牛乳(り・ひ) バームクーヘン	牛乳 塩せんべい(幼・ば) ベビースティック(り・ひ) 一口ゼリー	牛乳 ミニ野菜スティック チーズ(幼・ば)	牛乳 きな粉マカロニ	牛乳 14日) キラキラゼリー ウエハース(幼) 28日(幼) 水無月・ウエハース (乳) 一口ゼリー・ウエハース	牛乳 袋菓子	
おやつ	材料	ヨーグルト※乳 78 78 →乳ア) 豆乳ヨーグルト 牛乳 100 →乳ア) 豆乳 バームクーヘン※卵乳 1個 1個 →乳卵) クラッカー りす 2個	牛乳 120 100 塩せんべい 2枚 1枚 ベビースティック 2枚 一口ゼリー 1個 1個	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 ミニ野菜スティック 1個 1個 スティックチーズ※乳 1本 1本	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 マカロニ 10 8 きなこ 5 4 砂糖 4 3.2 塩 0.1 0.1	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 カクテルゼリー 35 28 (りんご・ブドウ・モモ・豆乳) 黄桃缶 10 8 みかん缶 25 20 カルテツウエハース※卵乳 1枚 →乳卵) 豆乳クッキー (28日) 水無月(幼) 一口ゼリー(乳) 1個 カルテツウエハース※卵乳 1枚 1枚 →乳卵) 豆乳クッキー	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 袋菓子 上新粉 5 小麦粉 3.8 白玉粉 2.5 くず粉 3.8 砂糖 8 水 19 甘納豆 7

★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6月給食献立表☆ 共栄保育園・みのり園【献立テーマ：大豆・大豆食品】

曜日 日	月 3・17	火 4・18	水 5・19	木 6・20	金 7・21	土 8・22
献立名	マーボー丼 バナナ 中華スープ	ごはん 豆腐ハンバーグ 温野菜 みそ汁	焼きそば 具だくさん汁 チーズ(幼)	ごはん 鶏のかおり揚げ ゆかり和え かきたま汁	納豆ごはん(幼) / ごはん サバの塩焼き ひじき煮 みそ汁	サンドイッチ 牛乳 バナナ
	主 食	幼児 乳児 六分米 60 50	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 中華麺 70 56	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40 ひきわり納豆 10
	材料	木綿豆腐 65 52 豚ミンチ 15 12 人参 8 6.4 青ネギ 5 4 しめじ 8 6.4 土生姜 0.3 0.2 にんにく 0.1 0.1 ごま油 1 0.8 赤味噌 2.5 2 砂糖 0.9 0.7 濃口醤油 2.5 2 だし汁 15 12 片栗粉 適宜 適宜 バナナ 1/2本 1/2本 わかめ 0.3 0.2 えのき 8 6.4 鶏がらの素 1.5 1.2 薄口醤油 0.2 0.2 水 120 96	豆腐 30 24 ツナフレーク 12 9.6 鶏ひき肉 18 14 玉葱 6 4.8 葱 3.5 2.8 パン粉 4 3.2 マヨドレ 4.5 3.6 塩 0.2 0.1 ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8 人参 20 16 じゃがいも 20 16 なす 15 12 玉ねぎ 12 9.6 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	豚もも肉 25 20 ぎゃべつ 30 24 人参 12 9.6 玉葱 12 9.6 ピーマン 6 4.8 サラダ油 1 0.8 塩 0.2 0.2 ウスターソース 6 4.8 お好みソース 6 4.8 大根 10 8 厚揚げ 20 16 しめじ 5 4 葱 1 0.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	鶏もも肉・から揚げ用 60 48 土生姜 0.2 0.16 濃口醤油 1.2 0.96 酒 1.2 0.96 薄力粉 3 2.4 片栗粉 1 0.8 米粉 2 1.6 青のり 1 0.8 揚げ油 3 2.4 白菜 20 16 人参 10 8 もやし 8 6.4 ゆかり 0.3 0.24 鰹節 0.3 0.24 すりごま 0.3 0.24 ほうれん草 15 12 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	サバ 50 40 塩 0.1 0.1 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 南瓜 20 16 小松菜 10 8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96
献立名	ヨーグルト / 牛乳(リ・ひ) ドーナツ	牛乳 かりんとう(幼) 南瓜ポーロ(乳) 一口ゼリー(幼・ば)	牛乳 バナナ おせんべいサラダ味	牛乳 ジャムサンド(ブルーベリー) ミルクチップ(幼)	牛乳 豆乳クッキー チーズ	牛乳 袋菓子
	お や つ	ヨーグルト※乳 78 78 →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	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳
	材料	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 カルテッドーナツ※卵乳 1個 1個 →卵乳ア) クラッカー りす・ひよこ 2個	かりんとう 15 南瓜ポーロ 10 一口ゼリー 1個 1個	バナナ 1/2本 1/2本 おせんべいサラダ味 1枚 1枚	南瓜パン(幼・ば) 2個 2個 南瓜パン(りす・ひよこ) 1個 ブルーベリージャム 10 5 ミルクチップ※乳 1個	豆乳クッキー 1袋 1袋 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。