

☆2024年12月きりん組献立表☆ みのり園

曜日	月 2・16	火 3・17	水 4・18	木 5・19	金 6・20	土 7・21			
献立名	ごはん 鮭の照り焼き マカロニサラダ みそ汁 チーズ	ごはん 鶏南蛮 春雨サラダ 中華スープ	ごはん けんちん煮 みそ汁 牛乳	ごはん カレイの味噌ネーズ焼き 白和え すまし汁	焼きうどん みそ汁 みかん/バナナ	豚丼 みそ汁 ヨーグルト			
	主 食	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	ゆでうどん 幼児 乳児 150 100	六分米 幼児 乳児 50 40		
	きりん組 夕 食 材	鮭 50 40 砂糖 1 1 濃口醤油 2 2 みりん 2 2 マカロニ 8 6 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 4 3 →卵ア) マヨドレ 塩 適宜 適宜 豆腐 15 12 なめこ 10 8 米みそ 7 5 だし汁 120 96 チーズ※乳 1本1本	鶏もも肉 60 48 片栗粉 4 3 サラダ油 2 2 砂糖 2 1 米酢 3 2 濃口醤油 3 2 だし汁 3 2 片栗粉 適宜 適宜 春雨 4 3 人参 3 2 きゅうり 5 4 カットわかめ 0 0 錦糸卵 8 6 ホールコーン 3 2 砂糖 2 2 薄口醤油 2 2 米酢 3 3 かぶ(葉付き) 20 16 鶏がらの素 2 1 薄口醤油 0 0 水 120 96 水 120 96	豚もも肉 30 24 焼豆腐 50 40 大根 25 20 人参 15 12 里芋 20 16 ごぼう 8 6 三度豆 4 3 だし汁 60 48 砂糖 2 2 薄口醤油 8 6 みりん 2 2 酒 1 1 南瓜 20 16 玉ねぎ 10 8 米みそ 7 5 だし汁 120 96 牛乳 100 80 →乳ア) 豆乳	カレイ 50 40 マヨネーズ※卵 5 4 →卵ア) マヨドレ みりん 1 0 米みそ 1 1 薄口醤油 0 0 ほうれん草 15 12 人参 10 8 豆腐 15 12 白胡麻 2 1 砂糖 2 1 塩 0 0 薄口醤油 1 0 白菜 20 16 えのき 8 6 塩 0 0 薄口醤油 1 1 みりん 1 1 だし汁 120 96	豚バラ肉 20 16 キャベツ 30 24 人参 12 10 玉ねぎ 12 10 酒 1 1 みりん 3 2 薄口醤油 3 2 だしの素 2 2 れんこん 10 8 里芋 15 12 米みそ 7 5 だし汁 120 96 みかん 1個 バナナ 1/2本	豚もも肉 40 40 玉葱 20 40 にんじん 8 6.4 しめじ 5 4 だし汁 10 8 砂糖 1.5 1.2 薄口醤油 3 2.4 みりん 1 0.8 わかめ 0.2 0.16 玉麩 1 0.8 米みそ 7 5.2 だし汁 120 96 ヨーグルト・75 75 →乳ア) 豆乳ヨーグルト		
		曜日	月 9・23	火 10・24	水 11・25	木 12・26	金 13・27	土 14・28	
		献立名	パン シチュー フレンチサラダ りんご	ごはん 豚肉の生姜焼き 温野菜 みそ汁	ごはん 肉じゃが みそ汁 ヨーグルト	ごはん 鶏の塩麹焼き ナムル 中華スープ	ごはん ホッケの塩焼き 小松菜のバター醤油炒め みそ汁 牛乳	チャーハン 中華スープ ヨーグルト	
			主 食	ロールパン 2個 2個 幼児 乳児 →ア) 南瓜パン	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40
			きりん組 夕 食 材	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 28 22 人参 8 6 ツナフレーク 5 4 砂糖 1 0 塩 0 0 米酢 1 1 サラダ油 1 1 りんご 1/8個 1/8個	豚ロース肉 50 40 玉葱 30 20 濃口醤油 4 3 みりん 4 3 砂糖 3 2 酒 6 5 土生姜 5 4 ブロッコリー 25 16 人参 20 16 マヨドレ 適宜 適宜 厚揚げ 10 8 白菜 15 12 米みそ 7 5 だし汁 120 96	牛もも肉 25 20 人参 20 16 玉葱 20 16 馬鈴薯 60 48 三度豆(完了×) 4 3 しらたき(完了×) 8 6 砂糖 2 2 塩 0 0 濃口醤油 4 3 みりん 2 2 だし汁 15 12 白ネギ 8 6 しめじ 10 8 米みそ 7 5 だし汁 120 96 ヨーグルト・75 75 →乳ア) 豆乳ヨーグルト	鶏もも肉 60 48 塩麹 3 2 ほうれん草 30 24 人参 10 8 もやし 10 8 砂糖 2 1 濃口醤油 1 1 米酢 1 1 胡麻油 0 0 チンゲン菜 10 8 大根 15 12 水 120 96 鶏ガラだし 2 1 薄口醤油 0 0	ホッケ 50 50 塩 0 0 小松菜 35 28 ベーコン 8 6 えのき 8 6 バター※乳 1 1 薄口醤油 1 0 酒 適宜 適宜 塩 適宜 適宜 わかめ 0 0 玉ねぎ 10 8 水 120 96 じゃがいも 15 12 玉ねぎ 10 8 米みそ 7 5 だし汁 120 96 牛乳 100 80 →乳ア) 豆乳	鮭フレーク 10 8 玉葱 10 8 ホールコーン(完了×) 3 2 葱 1 0 ごま油 2 1 薄口醤油 1 0 塩 0 0 酒 2 2 わかめ 0 0 玉ねぎ 10 8 水 120 96 鶏がらの素 2 1 薄口醤油 0 0 ヨーグルト※乳 75 75

★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。