

☆2025年2月きりん組献立表☆ みのり園

曜日	月	火	水	木	金	土	
日	10	25	12・26	13・27	14	28	
日	10	25	12・26	13・27	14	28	
献立名	ごはん ピーマンの肉詰め ☆人参しりしり みそ汁	ごはん ピーマンの肉詰め ☆人参しりしり みそ汁	ごはん 豆腐と野菜あんかけ みそ汁	ごはん 鶏の味噌チーズ焼き カブの炒め物 すまし汁 牛乳	ごはん カレイのから揚げ 温野菜 ごま味噌スープ ★チーズ	豚汁うどん ポテトサラダ ★みかん/みかん缶 牛乳	チャーハン 中華スープ ヨーグルト
	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食
きりん組夕食	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	うどん 150 100 幼児 乳児	六分米 50 40 幼児 乳児
	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料
材料	ピーマン 30 24 玉葱 10 8 合いびき肉 30 24 塩 少々 少々 パン粉 適宜 適宜 薄力粉 3 2.4 ケチャップ 適宜 適宜 人参 30 24 ツナ 8 6.4 みりん 1 0.8 顆粒だし 0 0.24 薄口醤油 0.5 0.4 サラダ油 適宜 適宜 じゃが芋 15 12 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	ピーマン 30 24 玉葱 10 8 合いびき肉 30 24 塩 少々 少々 パン粉 適宜 適宜 薄力粉 3 2.4 ケチャップ 適宜 適宜 人参 30 24 ツナ 8 6.4 みりん 1 0.8 顆粒だし 0 0.24 薄口醤油 0.5 0.4 サラダ油 適宜 適宜 じゃが芋 15 12 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	木綿豆腐 50 40 豚もも肉 20 16 玉ねぎ 15 12 人参 8 6.4 白菜 20 16 小松菜 12 9.6 えのき 6 4.8 だし汁 45 36 砂糖 1.2 0.96 薄口醤油 2 1.6 みりん 1.5 1.2 酒 0.4 0.32 水溶き片栗粉 適宜 適宜 ほうれん草 10 8 しめじ 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	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 カブ 25 20 キャベツ 8 6.4 小松菜 10 8 ウインナー 1本 1本 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 豆腐 15 12 わかめ 0.2 0.16 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 100 80 →乳ア) 豆乳	カレイ 50 40 土生姜 0.8 0.64 濃口醤油 1.6 1.28 酒 1.6 1.28 薄力粉 3 2.4 片栗粉 3 2.4 油 3 2.4 南瓜 20 16 人参 20 16 マヨドレ 適宜 適宜 人参 12 9.6 きゃべつ 12 9.6 豆腐 15 12 こんにゃく(完了×) 5 4 水 200 160 すりごま 1.5 1.2 味噌 3 2.4 鶏がらスープの素 2 1.6 スティックチーズ※乳 1本 1本	豚ロース肉 15 12 人参 8 6.4 玉ねぎ 10 8 白菜 20 16 しめじ 5 4 葱 1 0.8 米みそ 7.5 6 だし汁 140 112 じゃが芋 30 24 人参 3 2.4 レタス 8 6.4 ツナ缶 5 4 卵 20 16 牛乳 2 1.6 みかん 1個 みかん缶 30 牛乳 100 80 →乳ア) 豆乳	サケフレーク 10 8 ホールコーン 2 1.6 葱 0.5 0.4 ごま油 1.2 0.96 薄口醤油 0.4 0.32 塩 0.2 0.16 酒 2 1.6 わかめ 0.2 0.16 人参 8 6.4 水 120 96 中華だし 1.5 1.2 薄口醤油 0.2 0.16 +勝ヨーグルト※乳 75 75 →乳ア) 豆乳ヨーグルト
曜日	月	火	水	木	金	土	
日	3・17	4・18	5・19	6・20	7・21	8・22	
日	3・17	4・18	5・19	6・20	7・21	8・22	
献立名	ごはん 鶏のから揚げ ★マカロニサラダ みそ汁	ごはん 豚肉の筑前煮風 みそ汁 ★プッチンプリン	ごはん オムレツ しらす和え コンソメスープ バナナ	のりごはん ぶり大根 みそ汁 ★ヨーグルト	ごはん ★鶏のオイスターソース焼き エビサラダ みそ汁	具だくさんうどん ヨーグルト	
	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食	
きりん組夕食	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	うどん 150 120 幼児 乳児	
	材料	材料	材料	材料	材料	材料	
材料	鶏もも肉 60 48 土生姜 0.8 0.64 濃口醤油 2 1.6 酒 2 1.6 薄力粉 3 2.4 片栗粉 1 0.8 米粉 2 1.6 揚げ油 3 2.4 マカロニ 10 8 ツナフレーク 5 4 きゅうり 10 8 マヨネーズ※卵 4 3.2 →卵ア) マヨドレ 0.1 0.08 塩 0.1 0.08 カブ(葉付) 15 12 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	豚バラ肉 35 28 レンコン(完了×) 12 9.6 竹輪※卵乳(完了×) 15 12 人参 20 16 里芋 20 16 三度豆(完了×) 4 3.2 だし汁 60 48 砂糖 2 1.6 薄口醤油 4 3.2 みりん 2 1.6 酒 1.2 0.96 切干大根 2 1.6 油揚げ 5 4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 プッチンプリン※卵乳 1個 1個 →卵乳ア) →口ゼリー	卵 45 36 豚ミンチ 15 12 人参 6 4.8 玉葱 6 4.8 砂糖 0.6 0.48 塩 0.3 0.24 酒 0.3 0.24 だし汁 5 4 ケチャップ 適宜 適宜 小松菜 20 16 しめじ 8 6.4 人参 8 6.4 しらす 5 4 濃口醤油 1.2 0.96 だし汁 10 8 玉葱 12 9.6 南瓜 15 12 水 120 96 コンソメ 1 0.8 薄口醤油 0.5 0.4 バナナ 1/2本 1/2本	ぶり 50 40 大根 40 32 人参 15 12 板こんにゃく(完了×) 10 8 三度豆(完了×) 4 3.2 土生姜 1 0.8 だし汁 65 52 砂糖 2 1.6 薄口醤油 3.5 2.8 みりん 2 1.6 酒 2 1.6 ほうれん草 10 8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 +勝ヨーグルト※乳 75 75 →乳ア) 豆乳ヨーグルト	鶏もも肉・唐揚げ用 60 48 にんにく 0.1 0.08 オイスターソース 5 4 えび 10 8 →完了(ツナ缶) ブロッコリー 20 16 キャベツ 10 8 人参 8 6.4 ホールコーン(完了×) 5 4 マヨネーズ※卵 6 4.8 →卵ア) マヨドレ 塩 0.2 0.16 厚揚げ 15 12 玉葱 10 8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	鶏もも肉(細切れ) 30 24 厚揚げ 10 24 玉葱 10 9.6 人参 10 9.6 だし汁 120 96 白だし 30 24 酒 3 2.4 +勝ヨーグルト※乳 75 75 →乳ア) 豆乳ヨーグルト	

★印がついているメニューは、
ぞう組さんがリクエストしてくれたメ
ニューです!!!!!!

★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。