

令和4年5月 にこにこ保育園給食 実施献立表

	2(月)	6(金)	7・21(土)	9(月)	10・24(火)	11(水)	12・26(木)	13・27(金)
10時	●牛乳 ■どうぶつビスケット 2個	●ヤクルト ■ふわふわチップ (じゃがいも味) 3g	●牛乳 ■元気しおポンせん 1枚	●牛乳 ■どうぶつビスケット 2個	●牛乳 ■ソフトせんべい 1枚	●牛乳 ■おこめリング 4g	●牛乳 ■まあるいクラッカーミニ 2枚	●ヤクルト ■ふわふわチップ (じゃがいも味) 3g
昼	ごはん(しそふりかけ) スパゲティイタリアン ツナときゃべつのスープ	ごはん(かつおふりかけ) ポークビーンズ みそ汁	ごはん 肉じゃが みそ汁	ごはん(かつおふりかけ) 鶏肉のマーマレード煮 煮びたし みそ汁	超熟ロール 白身魚の ケチャップあん みそ汁	ごはん 肉の甘みそいため 粉ふき芋 ツナときゃべつのスープ	ごはん 韓国風いため物 みそ汁	ごはん(かつおふりかけ) 肉だんごのスープ いそ煮
3時	▲アップルジュース 100ml ココアパンケーキ	●牛乳 りんごのソフトクッキー	●牛乳 ▲パイン缶詰 4個 ■全粒粉クラッカー 2枚	●のむヨーグルト 110ml カレー肉まん	●牛乳 ▲甘夏 ■カリポテミニ 1袋	●牛乳● ミートサンドイッチ	●牛乳 ▲グレープゼリー 1個 ■ミレービスケット ノンフライ 2枚	●牛乳 よもぎ蒸しパン
昼と3時 (手作りおやつ)の材料と量	<ul style="list-style-type: none"> ■米 40.00 水 60.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.40 ■スパゲティ 25.00 ●シーチキン缶 15.00 ▲玉ねぎ 25.00 ▲人参 15.00 ▲マッシュルーム缶 5.00 ■キャノーラ油 2.00 トマトケチャップ 12.00 ウスターソース 0.80 ●シーチキン缶 5.00 ▲きゃべつ 15.00 ▲ねぎ 2.00 しょうゆ(淡) 2.00 水 180.00 ブイヨン(無添加) 0.80 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 30.00 ■砂糖 3.00 純ココア 1.60 水 20.00 ■キャノーラ油 1.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 かつおふりかけ 0.70 ●大豆(缶)ドライ 10.00 ●豚肉 20.00 ▲大根 40.00 ▲人参 20.00 ▲玉ねぎ 30.00 ■キャノーラ油 2.00 水 40.00 けずりぶし 1.20 ■砂糖 2.00 しょうゆ(濃) 1.70 トマトケチャップ 8.50 ウスターソース 1.70 ●ベーコン 3.00 ▲きゃべつ 20.00 ●みそ 7.00 水 180.00 けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 25.00 ■ショートニング 5.00 ■リンゴジャム 5.00 ▲アップルジュース・調 4.00 ■キャノーラ油 適量 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 かつおふりかけ 0.70 ●牛肉 20.00 ■じゃが芋 60.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 3.60 しょうゆ(濃) 2.30 しょうゆ(淡) 2.00 だし汁 30.00 ▲グリーンピース(冷) 2.00 ■焼ふ 2.00 ▲ちんげん菜 15.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 30.00 カレー粉 0.12 水 25.00 ●豚挽肉 10.00 ▲玉ねぎ 10.00 ■キャノーラ油 0.10 ■上新粉 0.50 トマトケチャップ 4.00 ウスターソース 1.20 ホイルケース 1枚 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 かつおふりかけ 0.70 ●鶏もも肉・20gカット 40.00 しょうゆ(濃) 2.00 ■マーマレード 2.40 水 10.00 ▲きゃべつ 40.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.50 だし汁 12.00 ■さつま芋 40.00 ▲玉ねぎ 10.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 30.00 カレー粉 0.12 水 25.00 ●豚挽肉 10.00 ▲玉ねぎ 10.00 ■キャノーラ油 0.10 ■上新粉 0.50 トマトケチャップ 4.00 ウスターソース 1.20 ホイルケース 1枚 	<ul style="list-style-type: none"> ■超熟ロール 1個 ●ガラスカレイ・冷50g 50.00 塩 0.10 ■かたくり粉 3.00 ■なたね揚げ油 5.00 ■フライドポテト冷 20.00 ■なたね揚げ油 2.00 ▲人参 15.00 ▲ピーマン 5.00 ▲たけのこ(水煮) 5.00 ▲玉ねぎ 25.00 ■キャノーラ油 少々 米酢 2.50 ■砂糖 3.40 しょうゆ(濃) 0.85 ウスターソース 1.70 トマトケチャップ 3.40 水 10.00 ■かたくり粉 0.85 水 1.70 ▲はくさい 20.00 ▲えのきたけ 10.00 ▲みつば 2.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 ▲はくさい 20.00 ▲えのきたけ 10.00 ▲みつば 2.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●牛肉 25.00 ●みそ 2.00 酒 1.40 ▲玉ねぎ 3.00 ■砂糖 0.60 しょうゆ(濃) 0.60 ▲玉ねぎ 15.00 ▲ホールコーン 5.00 ▲赤パプリカ 3.00 ■キャノーラ油 2.00 ■じゃが芋 60.00 水 適量 塩 少々 ●シーチキン缶 5.00 ▲きゃべつ 15.00 ▲ねぎ 2.00 しょうゆ(淡) 2.00 水 180.00 ブイヨン(無添加) 0.80 — 手作りおやつ — ■超熟食パン(10枚切) 1/2枚 ●牛挽肉 12.00 ▲玉ねぎ 13.00 ■キャノーラ油 0.18 ■上新粉 0.40 水 6.00 トマトケチャップ 2.40 ウスターソース 0.46 ■砂糖 0.46 ■かたくり粉 0.30 水 0.60 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●牛肉 30.00 ▲たけのこ(水煮) 10.00 ▲生しいたけ 10.00 ▲ねぎ 1.00 ■砂糖 1.20 しょうゆ(濃) 2.40 ▲きゃべつ 30.00 ▲人参 10.00 ▲にら 10.00 ■キャノーラ油 1.00 酒 3.00 ■砂糖 1.00 しょうゆ(濃) 2.00 塩 少々 ■焼ふ 2.00 ▲切干大根 3.00 ●わかめ 0.50 ●みそ 6.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 ●ひじき 3.50 ●牛肉 6.00 ▲人参 5.00 ▲れんこん 10.00 ■キャノーラ油 1.20 ■砂糖 2.00 しょうゆ(濃) 1.70 だし汁 22.00 ▲小松菜 10.00 — 手作りおやつ — ■小麦粉 20.00 ベーキングパウダー 1.60 よもぎ粉 0.35 ■砂糖 7.20 塩 0.10 水 20.00 ■キャノーラ油 4.00 ホイルケース 1枚 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 かつおふりかけ 0.70 ●豚挽肉 30.00 水 1.00 しょうゆ(淡) 0.50 ■かたくり粉 2.00 ■はるさめ 3.00 ▲人参 10.00 ▲はくさい 25.00 ▲みつば 2.00 しょうゆ(淡) 5.00 水 180.00 けずりぶし 5.50 ●ひじき 3.50 ●牛肉 6.00 ▲人参 5.00 ▲れんこん 10.00 ■キャノーラ油 1.20 ■砂糖 2.00 しょうゆ(濃) 1.70 だし汁 22.00 ▲小松菜 10.00 — 手作りおやつ — ■小麦粉 20.00 ベーキングパウダー 1.60 よもぎ粉 0.35 ■砂糖 7.20 塩 0.10 水 20.00 ■キャノーラ油 4.00 ホイルケース 1枚

材料の分量は3～5歳児分で、0～2歳児は3～5歳児の約80%です。
材料の分量の単位は「g」です。

10時と3時の牛乳は、
・10時……100ml
・3時……100mlです。
3時のヨーグルト・ゼリーは、1個です。

【食品名の印について】
食品名の左側についている印は、
■……熱や力となるもの
●……血や肉となるもの
▲……体の調子をととのえるもの です。

アレルギー表示のため、卵を含む食品の右側に印をつけています。
卵を含む食品……○

	14・28(土)	16・30(月)	17・31(火)	18(水)	19(木)	20(金)	23(月)	25(水)
10時	●牛乳 ■元気しおボンせん 1枚	●牛乳 ■どうぶつビスケット ノンフライ 2個	●牛乳 ■ひじきあられ 4g	●牛乳 ■おこめリング 4g	●牛乳 ■畑のクラッカー 5g	●ヤクルト ■ふわふわチップ (じゃがいも味) 3g	●牛乳 ■どうぶつビスケット 2個	●牛乳 ■おこめリング 4g
昼	麻婆丼 みそ汁	超熟ロール かやくうどん きゃべつの甘酢煮	ごはん(しそふりかけ) 揚げ出し豆腐 煮びたし みそ汁	ごはん トマトカレースープ 牛肉とごぼうの やわらか煮	豆ごはん 鶏肉のマーマレード煮 煮びたし みそ汁	ごはん(かつおふりかけ) 白身魚の梅焼 ブロッコリーの煮びたし みそ汁	ごはん(かつおふりかけ) ポークビーンズ みそ汁	ごはん 肉の甘みそいため 粉ふき芋 ツナときゃべつのスープ
3時	●牛乳 ▲みかん缶詰 32g ■全粒粉クラッカー 2枚	●牛乳 ウインナードーナツ	●牛乳 ▲メロン ■カリボテミニ 1袋	▲アップルジュース 100ml ココアパンケーキ	●牛乳 ▲みかんゼリー 1個 ■ミレービスケット ノンフライ 2枚	●のむヨーグルト 110ml カレー肉まん	●牛乳 りんごのソフトクッキー	●牛乳 ミートサンドイッチ
昼と3時 (手作りおやつ)の材料と量	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 └ 水 90.00 ●豆腐 30.00 ●豚挽肉 30.00 ▲玉ねぎ 30.00 ▲人参 10.00 ■キャノーラ油 1.30 だし汁 23.00 └ ●みそ 4.40 └ しょうゆ(濃) 1.40 └ ■砂糖 0.50 └ 酒 2.40 └ ■かたくり粉 1.50 └ 水 3.00 ■じゃが芋 30.00 ▲ほうれん草 5.00 ●みそ 7.50 └ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■超熟ロール 1/2個 ■干しうどん 30.00 ●鶏もも肉・1×1 20.00 ▲人参 10.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲ねぎ 2.00 しょうゆ(淡) 3.00 しょうゆ(濃) 4.00 └ 水 180.00 └ だし昆布 0.30 └ けずりぶし 5.50 ●焼竹輪 6.00 ▲きゃべつ 36.00 ▲人参 5.00 └ ■砂糖 0.80 └ 米酢 1.60 └ しょうゆ(濃) 1.20 — 手作りおやつ — ●ポークウインナー 30.00 ■ケーキックス粉 15.00 水 適量 ■なたね揚げ油 3.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 └ 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.50 ●豆腐 50.00 └ ■上新粉 10.00 └ ■なたね揚げ油 5.00 ▲みつば 1.00 └ 本みりん 2.00 └ しょうゆ(淡) 2.00 └ だし汁 25.00 └ ■かたくり粉 1.00 └ 水 2.00 ●焼豚○ 5.00 ▲ちんげん菜 50.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 0.24 しょうゆ(濃) 1.40 だし汁 15.00 ■じゃが芋 30.00 ●わかめ 0.50 ●みそ 6.50 └ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 └ 水 90.00 ●豚肉 30.00 ▲玉ねぎ 45.00 ▲人参 25.00 ■キャノーラ油 1.00 ▲カットマト 30.00 水 180.00 ▲おろしりんご缶詰 7.00 カレールー 15.00 ●牛肉 20.00 ▲ごぼう 20.00 糸こんにゃく 10.00 水 60.00 └ 酒 5.00 └ ■砂糖 1.10 └ しょうゆ(濃) 3.00 ▲ちんげん菜 10.00 — 手作りおやつ — ■ケーキックス粉 30.00 └ ■砂糖 3.00 └ 純ココア 1.60 └ 水 20.00 ■キャノーラ油 1.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 55.00 └ 水 82.50 塩 0.50 ▲グリーンピース(生) 10.00 ●鶏もも肉・20gカット 40.00 しょうゆ(濃) 2.00 ■マーマレード 2.40 水 10.00 ▲きゃべつ 40.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.50 だし汁 12.00 ■さつま芋 40.00 ▲玉ねぎ 10.00 ●みそ 7.50 └ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 └ 水 90.00 かつおふりかけ 0.70 ●カラスカレイ・冷50g 1切 └ ●みそ 0.80 └ ▲梅肉 1.00 └ 本みりん 0.80 └ 酒 1.00 └ ■砂糖 0.50 └ ■キャノーラ油 適量 ▲ブロッコリー 25.00 └ 本みりん 0.40 └ しょうゆ(淡) 1.20 └ だし汁 15.00 ▲大根 20.00 ▲小松菜 10.00 ▲えのきたけ 10.00 ●みそ 7.50 └ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — └ ■ケーキックス粉 30.00 └ カレー粉 0.12 └ 水 25.00 └ ●豚挽肉 10.00 └ ▲玉ねぎ 10.00 └ ■キャノーラ油 0.10 └ ■上新粉 0.50 └ トマトケチャップ 4.00 └ ウスターソース 1.20 └ ホイルケース 1枚 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 └ 水 90.00 かつおふりかけ 0.70 ●大豆(缶)ドライ 10.00 └ ●豚肉 20.00 └ ▲大根 40.00 └ ▲人参 20.00 └ ▲玉ねぎ 30.00 └ ■キャノーラ油 2.00 └ 水 40.00 └ けずりぶし 1.20 └ ■砂糖 2.00 └ しょうゆ(濃) 1.70 └ トマトケチャップ 8.50 └ ウスターソース 1.70 ●ベーコン 3.00 ▲きゃべつ 20.00 ●みそ 6.70 └ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — └ ■ケーキックス粉 25.00 └ ■ショートニング 5.00 └ ■リンゴジャム 5.00 └ ▲アップルジュース・調 4.00 └ ■キャノーラ油 適量 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 └ 水 90.00 ●牛肉 25.00 └ ●みそ 2.00 └ 酒 1.40 └ ▲玉ねぎ 15.00 └ ▲ホールコーン 5.00 ▲ピーマン 3.00 ■キャノーラ油 2.00 ■じゃが芋 60.00 水 適量 塩 少々 ●シーチキン缶 5.00 ▲きゃべつ 15.00 ▲ねぎ 2.00 しょうゆ(淡) 2.00 水 180.00 ブイオン(無添加) 0.80 — 手作りおやつ — ■超熟食パン(10枚切) 1/2枚 └ ●牛挽肉 12.00 └ ▲玉ねぎ 13.00 └ ■キャノーラ油 0.18 └ ■上新粉 0.40 └ 水 6.00 └ トマトケチャップ 2.40 └ ウスターソース 0.46 └ ■砂糖 0.46 └ ■かたくり粉 0.30 └ 水 0.60
	★献立の材料は、天候などにより、やむを得ず変更することがありますので、ご了承ください。			3時に使用している果物の量は 甘夏 1/4個 メロン 40g				*ヨーグルトの時など、組み合わせにより、量が異なることもあります。