

令和4年8月 にこにこ保育園給食 実施献立表

	1・22(月)	2・23(火)	3・31(水)	4・25(木)	5(金)	6(土)	8・29(月)	9・30(火)
10時	●牛乳 ■カルシウム入りベビー スティック 1枚	●牛乳 ■マリー 1枚	●牛乳 ■リッツ 1枚	●牛乳 ■ソフトせんべい 1枚	●ヤクルト ■ハーベスト 3枚	●牛乳 ■ふわふわチップ (にんじん味) 3g	●牛乳 ■カルシウム入りベビー スティック 1枚	●牛乳 ■マリー 1枚
昼	ごはん(かつおふりかけ) 豚肉とゴーヤの みそいため ベーكدポテト 野菜のスープ	ごはん カレースープ きやべつの甘酢煮	梅ごはん 鮭のおろし焼 煮びたし みそ汁	ごはん(しそふりかけ) 鶏肉のたつた揚げ 煮びたし みそ汁	ごはん 中国風五目煮込み すまし汁 ヨーグルト	ごはん(かつおふりかけ) カレー焼うどん じゃが芋のスープ	超熟ロール かやくうどん ひじきとコーンの いため煮	ごはん(しそふりかけ) とうがんのスープ ポテトのピザ風
3時	●牛乳 ▲りんごゼリー ■ソースせん 1枚	●牛乳 ▲みかんゼリー ■カリポテミニ 1袋	●牛乳 ジャムサンド	●牛乳 ▲りんごゼリー ■ミニのりすけ 1袋	●牛乳 ▲パイン缶詰 4個 ■ミレビスケット ノンフライ 2枚	●牛乳 ▲みかん缶詰 32g ■ひじきあられ 8g	●牛乳 ツナドリア	●牛乳 9日 ▲すいか 30日 ▲梨 ■カリポテミニ 1袋
昼と3時 (手作りおやつ の材料と量)	■米 60.00 水 90.00 かつおふりかけ 0.70 ●豚肉 25.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲黄パプリカ 10.00 ▲人参 10.00 ▲にがうり 5.00 ■キャノーラ油 0.50 「●みそ 2.30 酒 2.00 しょうゆ(濃) 0.70 」■砂糖 1.60 ■フライドポテト冷 塩 50.00 少々 ●シーチキン缶 5.00 ▲きやべつ 20.00 しょうゆ(淡) 2.00 水 180.00 ブイヨン(無添加) 0.80	■米 60.00 水 90.00 ●牛肉 20.00 ▲かぼちゃ 30.00 ▲なす 20.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 8.00 ▲セロリー 2.00 ■キャノーラ油 2.00 水 180.00 ポークブイヨン 1.80 「カレールウ 10.00 」 トマトケチャップ 3.00 しょうゆ(濃) 1.00 ▲グリーンピース(冷) 2.00 塩 少々 ●ロースハム 6.00 ▲きやべつ 36.00 ▲人参 4.00 「■砂糖 0.80 米酢 1.60 」 しょうゆ(濃) 1.20	■米 60.00 水 90.00 ▲梅干し 3.00 「●生鮭(冷)角切 50.00 酒 0.50 人参 10.00 」■マヨドレ 7.00 しょうゆ(濃) 0.50 ホイルケース 1枚 ●焼豚○ 5.00 ▲ちんげん菜 30.00 ▲小松菜 20.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.10 だし汁 12.50 ▲大根 20.00 ●わかめ 0.50 ●みそ 6.50 「水 180.00 」 けずりぶし 5.50 ― 手作りおやつ ― ■超熟食パン(10枚切) 1枚 ■いちごジャム 10.00	■米 60.00 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.50 「●鶏もも肉・20gカット 60.00 しょうゆ(濃) 2.50 」 酒 1.20 ■かたくり粉 7.20 ■なたね揚げ油 6.00 ▲きやべつ 40.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.50 だし汁 12.00 ●豆腐 30.00 ▲玉ねぎ 10.00 ▲ねぎ 2.00 ●みそ 7.50 「水 180.00 」 けずりぶし 5.50 ●ブルーベリーヨーグルト 1個	■米 60.00 水 90.00 「●牛肉 25.00 酒 1.00 しょうゆ(濃) 0.50 」▲なす 20.00 ▲カットトマト 10.00 ■じゃが芋 30.00 ▲玉ねぎ 30.00 ▲人参 10.00 ▲土しょうが 0.20 ■キャノーラ油 1.30 ▲三度豆 3.00 だし汁 26.00 ■砂糖 1.70 しょうゆ(濃) 2.60 塩 0.10 「■かたくり粉 1.00 」 水 2.00 ■焼ふ 2.00 ▲ほうれん草 5.00 しょうゆ(淡) 5.50 「水 180.00 」 けずりぶし 5.50 ●ブルーベリーヨーグルト 1個	■米 40.00 水 60.00 かつおふりかけ 0.50 ■干しうどん 30.00 ●シーチキン缶 20.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 15.00 ▲たけのこ(水煮) 5.00 ■キャノーラ油 1.50 「カレー粉 0.25 熱湯 2.00 しょうゆ(濃) 3.00 」 本みりん 2.00 ●ベーコン 3.00 ■じゃが芋 30.00 ●わかめ 0.50 しょうゆ(淡) 5.00 「水 180.00 」 けずりぶし 5.50 ― 手作りおやつ ― 「■米 12.00 水 18.00 ●シーチキン缶 10.00 ▲玉ねぎ 15.00 」■キャノーラ油 0.50 ■マヨドレ 5.00 ●豆乳(無調整) 15.00 シリコンケース 1枚	■米 60.00 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.50 ▲とうがん 30.00 ●豚肉 15.00 ●豆腐 20.00 ●人参 10.00 ▲干しいたけ 0.50 ▲ちんげん菜 10.00 水 170.00 ポークブイヨン 3.00 しょうゆ(淡) 4.50 しょうゆ(濃) 1.00 酒 2.40 塩 少々 ▲土しょうが(汁) 0.20 ■ごま油 0.10 「■フライドポテト冷 40.00 ▲玉ねぎ 13.00 ▲ピーマン 4.00 ●ポークウィンナー 4.00 ■キャノーラ油 1.70 」 トマトケチャップ 4.80 ●ピザ用チーズ 7.00	

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……○

	10・17(水)	12(金)	13(土)	15(月)	16(火)	18(木)	19(金)	20・27(土)
10時	●牛乳 ■リッツ 1枚	●ヤクルト ■ハーベスト 3枚	●牛乳 ■ふわふわチップ (にんじん味) 3g	●牛乳 ■カルシウム入りベビー スティック 1枚	●牛乳 ■マリー 1枚	●牛乳 ■ソフトせんべい 1枚	●ヤクルト ■ハーベスト 3枚	●牛乳 ■ふわふわチップ (にんじん味) 3g
昼	ごはん 鶏肉のバーベキューソース ゆできゃべつの マヨドレ添え みそ汁	カレーライス 切干大根の煮物	スパゲティ ミートソース風 すまし汁	ごはん(かつおふりかけ) カレー焼うどん すまし汁	ごはん(しそふりかけ) コーンチャウダー (鮭缶) いそ煮	ごはん(しそふりかけ) 五目いため みそ汁 ゼリー	ごはん 煮魚 含め煮 みそ汁	ハヤシライス 野菜いため
3時	茶 ●ヨーグルト 50g フルーツ盛り合わせ ■ソースせん 1枚	●牛乳 ▲みかん缶詰 32g ■ミレービスケット ノンフライ 2枚	●牛乳 ▲甘夏缶詰 2個 ■ひじきあられ 8g	●牛乳 ホットケーキ	●牛乳 ▲パイン缶詰 4個 ■カリポテミニ 1袋	●牛乳 ▲梨 ■ミニのりすけ 1袋	▲アップルジュース 100ml シュガートースト	●牛乳 ▲みかん缶詰 32g ■ひじきあられ 8g
昼と3時 (手作りおやつ の時の材料と量)	■米 60.00 水 90.00 ●鶏もも肉・20gカット 60.00 「塩 0.10 ▲にんにく 0.10 ▲土しょうが 0.10 しょうゆ(濃) 2.00 クッキングワイン(赤) 1.00 」■リンゴジャム 3.00 ■キャノーラ油 1.00 ▲きゃべつ 40.00 ■マヨドレ 6.00 ■じゃが芋 30.00 ▲玉ねぎ 10.00 ▲人参 5.00 ●みそ 7.50 「水 180.00 」けずりぶし 5.50 ― 手作りおやつ ― ▲甘夏缶詰 1個 ▲りんご 1/16個	「■米 60.00 」水 90.00 「●シーチキン缶 25.00 」▲人参 15.00 ▲玉ねぎ 30.00 ■じゃが芋 35.00 ■キャノーラ油 0.50 「水 150.00 」カレールウ 18.00 」塩 少々 ▲切干大根 7.00 ▲人参 5.00 ▲干しいたけ 0.50 ■キャノーラ油 1.00 ■砂糖 1.80 しょうゆ(濃) 1.30 しょうゆ(淡) 1.00 「水 40.00 」けずりぶし 1.20 ▲ちんげん菜 10.00	■スパゲティ 40.00 「●粒状大豆たんぱく 10.00 」熱湯 100.00 ▲玉ねぎ 37.00 ▲人参 30.00 ■キャノーラ油 3.00 ■上新粉 3.60 「水 36.00 」けずりぶし 1.10 「しょうゆ(濃) 3.60 」トマトケチャップ 12.70 「ウスターソース 6.70 」■砂糖 0.36 ■焼ふ 2.00 ▲ほうれん草 5.00 しょうゆ(淡) 5.50 「水 180.00 」けずりぶし 5.50	■米 40.00 水 60.00 かつおふりかけ 0.50 ■干しうどん 30.00 ●シーチキン缶 20.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 15.00 ▲たけのこ(水煮) 5.00 ■キャノーラ油 1.50 「カレー粉 0.25 」熱湯 2.00 「しょうゆ(濃) 3.00 」本みりん 2.00 ■焼ふ 3.00 ●わかめ 0.50 しょうゆ(淡) 5.00 「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 」■メープルシロップ 5.00 ■キャノーラ油 1.00	■米 60.00 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.50 ●鮭 缶詰(水煮) 15.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 10.00 ■じゃが芋 40.00 ■キャノーラ油 1.00 水 120.00 ブイヨン(無添加) 1.50 ▲コーン缶(うらごし) 30.00 塩 0.10 「■上新粉 2.00 」水 6.00 ●豆乳(無調整) 40.00 ●ひじき 3.50 ▲人参 10.00 糸こんにゃく 5.00 ▲干しいたけ 1.00 ■キャノーラ油 1.20 ■砂糖 2.00 しょうゆ(濃) 1.70 「水 22.00 」けずりぶし 0.70	■米 60.00 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.50 「●豚肉 30.00 」酒 0.60 「しょうゆ(濃) 0.60 」▲人参 12.00 ▲たけのこ(水煮) 8.00 ▲きゃべつ 28.00 ▲ちんげん菜 8.00 ■はるさめ 3.00 ■キャノーラ油 0.80 「■砂糖 0.24 」しょうゆ(濃) 3.60 ●ベーコン 5.00 ▲かぼちゃ 30.00 ●みそ 6.00 「水 180.00 」けずりぶし 5.50 ▲やさいゼリー 1個	■米 60.00 水 90.00 ●カラスカレイ・冷60g 1切 ■砂糖 1.40 しょうゆ(濃) 2.80 水 17.00 ■長芋 50.00 ▲人参 15.00 ▲三度豆 3.00 ■砂糖 1.50 しょうゆ(濃) 0.90 しょうゆ(淡) 0.60 「水 40.00 」だし昆布 0.20 「けずりぶし 1.20 」 ▲とうがん 30.00 ▲小松菜 10.00 ●みそ 7.50 「水 180.00 」だし昆布 少々 「けずりぶし 5.50 」 ― 手作りおやつ ― ■耳なし超熟食パン (6枚切) 1/2枚 「■バター 4.00 」■砂糖 2.40	「■米 60.00 」水 90.00 「●牛肉 30.00 」▲人参 20.00 ▲玉ねぎ 40.00 」■キャノーラ油 適量 ▲マッシュルーム缶 5.00 水 120.00 ブイヨン(無添加) 0.40 ハヤシルウ(顆粒) 7.50 塩 少々 ▲きゃべつ 40.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲きゅうり 5.00 ■キャノーラ油 0.50 しょうゆ(濃) 1.00 オイスターソース 1.20
	★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。 ★離乳の完了(12～18か月頃)は、0～2歳児食を 必要に応じて「細かく切る、煮る」などをしています。		3時に使用している果物の量は 梨 1／6個 すいか 48g ＊ヨーグルトの時など、組み合わせにより、					

	24(水)	26(金)
10時	●牛乳 ■リッツ1枚	●ヤクルト ■ハーベスト3枚
昼	超熟ロール スパゲティ ミートソース風 すまし汁	ごはん 煮魚 含め煮 みそ汁
3時	●牛乳 ■お米deレモンマフィン1個	●牛乳 フルーツ盛り合わせ ■ミレービスケット ノンフライ2枚
昼と3時 （手作りおやつ の材料と量）	■超熟ロール1/2個	■米60.00 水90.00
	■スパゲティ25.00 「●粒状大豆たんぱく6.00 └熱湯60.00 └▲玉ねぎ25.00 └▲人参20.00 └▲ピーマン3.00 └■キャノーラ油2.00 └■上新粉2.40 └だし汁24.00 └しょうゆ(濃)2.40 └トマトケチャップ8.50 └ウスターソース4.50 └■砂糖0.24	●カラスカ*レイ・冷60g1切 ■砂糖1.40 しょうゆ(濃)2.80 水17.00
	■焼ふ2.00 ▲ほうれん草5.00 しょうゆ(淡)5.50 「水180.00 └けずりぶし5.50	■長芋50.00 ▲人参15.00 ▲三度豆3.00 ■砂糖1.50 しょうゆ(濃)0.90 しょうゆ(淡)0.60 水40.00 「だし昆布0.20 └けずりぶし1.20
		▲とうがん30.00 ▲小松菜10.00 ●みそ7.50 「水180.00 └だし昆布少々 └けずりぶし5.50
		— 手作りおやつ — ▲梨1/8個 ▲みかん缶詰20.00