

令和5年1月 にこにこ保育園給食 実施献立表

	4(水)	5(木)	6・20(金)	7・21(土)	10(火)	11(水)・26(木)	12(木)・25(水)	13・27(金)
10時	●牛乳 ■畑のクラッカー 5g	●牛乳 ■どうぶつビスケット 2個	6日 ●牛乳 20日 ●ヤクルト ■昆布あられ 1/2袋	●牛乳 ■野菜入りそふとせん 2枚	●牛乳 ■パフスナック・ソース味 3g	●牛乳 ■ルヴァン・全粒粉 クラッカー 1枚	●牛乳 ■どうぶつビスケット 2個	●ヤクルト ■昆布あられ 1/2袋
昼	スパゲティイタリアン じゃが芋のスープ	大豆のキーマカレー じゃが芋のスープ	ごはん ツナとひじきのふりかけ 根菜と肉の韓国風煮 みそ汁	ごはん 肉とちんげん菜の いため物 みそ汁	超熟ロール 豚みそうどん ナムル ジュース	ごはん 肉だんごのスープ 大根と牛肉の土手煮風	超熟ロール ヒレカツの南蛮煮 ゆできゃべつの マヨドレ添え 野菜のスープ	ごはん 煮魚 煮びたし かす汁
3時	●牛乳 ▲みかん缶詰 32g ■おせんべい 1枚	●牛乳 ホットケーキ	●牛乳 ミートソースの パンピザ	●牛乳 ▲パイ缶詰 4個 ■リッツ 2枚	●牛乳 ▲りんご ■ミレービスケット 1袋	●牛乳 大学芋	茶 ●プルーンヨーグルト 12日 ▲みかん 25日 ▲ぼんかん	●牛乳 カレー肉まん
昼と3時 (手作りおやつ の材料と量)	<ul style="list-style-type: none"> ■スパゲティ 37.00 ●シーチキン缶 25.00 ▲玉ねぎ 35.00 ▲人参 20.00 ■キャノーラ油 3.00 「 トマトケチャップ 18.00 「 ウスターソース 1.20 ■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 	<ul style="list-style-type: none"> 「 ■米 60.00 「 水 90.00 「 ●粒状大豆たんぱく 8.50 「 熱湯 85.00 ▲玉ねぎ 40.00 ▲人参 15.00 ■キャノーラ油 1.20 カレー粉 0.30 ブイヨン(無添加) 0.50 水 15.00 「 ▲カットトマト 15.00 「 塩 0.40 「 ウスターソース 4.00 「 トンカツソース 1.50 「 ■砂糖 0.25 「 ■上新粉 1.20 「 水 5.00 ●ほたて貝柱缶 3.00 ■じゃが芋 30.00 ●わかめ 0.50 しょうゆ(淡) 4.80 「 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 「 ■メープルシロップ 5.00 「 ■キャノーラ油 1.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●シーチキン缶 10.00 ●ひじき 0.50 ■砂糖 1.00 しょうゆ(濃) 1.00 ●豚肉 25.00 ▲ねぎ 1.00 ▲土しょうが 0.50 しょうゆ(濃) 4.70 ■砂糖 2.60 ■キャノーラ油 1.50 ▲大根 25.00 ▲人参 20.00 ▲れんこん 5.00 ▲ごぼう 10.00 ▲干しいたけ 1.00 「 水 30.00 「 けずりぶし 1.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲ほうれん草 5.00 ●みそ 7.50 「 水 180.00 「 けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■耳なし超熟食パン(8枚切) 1/2枚 「 ●牛挽肉 10.00 「 ▲玉ねぎ 10.00 「 ■キャノーラ油 0.50 「 ■上新粉 1.00 「 トマトケチャップ 1.50 「 ウスターソース 0.90 「 ブイヨン(無添加) 0.10 「 水 少々 ●ピザ用チーズ 8.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 「 ●牛肉 25.00 「 しょうゆ(濃) 1.00 「 酒 1.00 ▲玉ねぎ 25.00 ▲人参 15.00 ▲ちんげん菜 50.00 ■キャノーラ油 1.00 ■砂糖 1.70 しょうゆ(濃) 3.00 ●ミニ絹厚揚げ 6.00 ■さつまいも 30.00 ▲ねぎ 2.00 ●みそ 7.50 「 水 180.00 「 けずりぶし 5.50 ▲オレンジジュース 100ml 	<ul style="list-style-type: none"> ■超熟ロール 1/2個 ■干しうどん 30.00 ●豚肉 20.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 10.00 しょうゆ(濃) 1.00 本みりん 3.00 ●みそ 7.00 「 水 180.00 「 だし昆布 0.30 「 けずりぶし 5.50 ▲きゃべつ 40.00 ▲ちんげん菜 10.00 ▲ホールコーン 5.00 「 ■白ごま 1.00 「 ■砂糖 0.90 「 しょうゆ(濃) 1.80 「 ■ごま油 0.20 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 「 ●鶏挽肉 30.00 「 水 1.00 「 しょうゆ(濃) 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 ▲ねぎ 2.00 しょうゆ(淡) 5.00 「 水 180.00 「 けずりぶし 5.50 ●牛肉 10.00 ▲土しょうが 1.00 ▲ねぎ 1.00 ■キャノーラ油 1.00 ▲大根 55.00 ▲人参 10.00 こんにゃく 15.00 酒 5.00 だし汁 30.00 「 ●赤だしみそ 3.00 「 ●みそ 1.00 「 本みりん 5.40 「 ■砂糖 0.45 「 しょうゆ(濃) 0.90 — 手作りおやつ — 「 ■さつまいも 70.00 「 ■なたね揚げ油 2.10 「 ■砂糖 10.00 「 水 5.00 「 米酢 0.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■超熟ロール 1個 「 「 ●豚ヒレ肉(1枚20g) 2枚 「 塩 少々 「 「 ■小麦粉 5.40 「 水 適量 「 ■パン粉 12.00 「 ■なたね揚げ油 8.40 「 トマトケチャップ 7.00 「 しょうゆ(濃) 1.00 「 水 15.00 「 ▲きゃべつ 40.00 「 塩 少々 「 ■マヨドレ 6.00 ●ベーコン 5.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 5.00 ▲みつば 2.00 しょうゆ(淡) 1.70 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 「 「 カレー粉 0.12 「 水 25.00 「 ●豚挽肉 10.00 「 ▲人参 5.00 「 ▲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 	

【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・・・○

★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」などを行っています。

	14(土)	16・30(月)	17(火)	18(水)・31(火)	19(木)	23(月)	24(火)	28(土)
10時	●牛乳 ■野菜入りそふとせん 2枚	●牛乳 ■水族館のなかまたち 1/2袋	●牛乳 ■パフスナック・ソース味 3g	●牛乳 ■ルヴァン・全粒粉 クラッカー 1枚	●牛乳 ■どうぶつビスケット 2個	●牛乳 ■水族館のなかまたち 1/2袋	●牛乳 ■パフスナック・ソース味 3g	●牛乳 ■野菜入りそふとせん 2枚
昼	ごはん(しそふりかけ) 豆腐のソースいため みそ汁	超熟ロール うどんすき チリコンカン風煮	たき込みごはん さつま汁 ゼリー	ごはん 鮭とかぶの クリームシチュー はくさいとベーコンの ソテー	ごはん(わかめ) 豆腐入りつくねの あんかけ風 ひたし すまし汁	超熟ロール 豚みそうどん ナムル	大根のみそ味ごはん 豆腐のソースいため みそ汁	大豆のキーマカレー じゃが芋のスープ
3時	●牛乳 ▲みかん缶詰 32g ■リッツ 2枚	●牛乳 ポテトグラタン	●牛乳 クラッカーの ジャムサンド	●牛乳 ▲りんご ■こぐまのビスケット○ 1/2袋	●牛乳 ▲ぼんかん ■おせんべい 1枚	●牛乳 ホットケーキ	●牛乳 ▲りんご ■こぐまのビスケット○ 1/2袋	●牛乳 ▲みかん缶詰 32g ■リッツ 2枚
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 ゆかり(国産赤しそ) 0.50 ●豆腐 35.00 ●牛肉 15.00 しょうゆ(濃) 0.60 酒 0.75 ▲はくさい 25.00 ▲ちんげん菜 25.00 ▲人参 15.00 オイスターソース 2.00 しょうゆ(濃) 1.70 ■砂糖 0.30 水 1.00 ■キャノーラ油 0.30 ●ベーコン 3.00 ■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"> ■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 6.00 ▲しめじ 5.00 ▲はくさい 15.00 だし汁 20.00 しょうゆ(濃) 1.70 本みりん 0.80 水 180.00 だし昆布 0.27 けずりぶし 5.50 しょうゆ(淡) 2.00 しょうゆ(濃) 2.00 本みりん 4.50 ●ポークウインナー 20.00 ▲玉ねぎ 20.00 ■キャノーラ油 1.00 ▲人参 12.00 ●大豆缶詰 12.00 ▲カットマト 12.00 トマトケチャップ 2.40 カレー粉 0.08 塩 0.03 — 手作りおやつ — ■フライドポテト(冷) 35.00 ●シーチキン缶 7.00 ▲玉ねぎ 7.00 ■キャノーラ油 少々 ▲グリーンピース(冷) 2.00 ▲ホールコーン 8.50 ■マヨドレ 12.00 ホイルクース 1枚 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 55.00 水 78.00 だし昆布 0.20 けずりぶし 2.40 ●油揚げ 5.00 ▲人参 15.00 ▲新ごぼう 5.00 しょうゆ(淡) 1.80 しょうゆ(濃) 2.70 塩 0.10 ▲グリーンピース(冷) 2.00 ■さつま芋 40.00 ●豚肉 25.00 ▲大根 20.00 ▲人参 10.00 ▲みず菜 10.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 ▲青りんごゼリー 1個 — 手作りおやつ — ■ルヴァン・クラッカー 4枚 ■いちごジャム 8.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 わかめふりかけ 0.50 ●生鮭(冷)角切 20.00 酒 0.30 ▲玉ねぎ 30.00 ▲人参 7.00 ■キャノーラ油 0.50 水 70.00 ブイオン(無添加) 0.75 ▲かぶ 30.00 ■上新粉 4.00 ●牛乳(調理用) 30.00 塩 0.30 ▲ブロッコリー 10.00 ▲はくさい 45.00 ●ベーコン 7.00 ▲ホールコーン 15.00 ブイオン(無添加) 2.00 ■焼ふ 3.00 ▲えのきたけ 10.00 ▲みつば 2.00 しょうゆ(淡) 5.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 わかめふりかけ 0.50 ●豆腐 25.00 ●鶏挽肉 40.00 ▲玉ねぎ 25.00 ■キャノーラ油 少々 ■米パン粉 6.00 ■なたね揚げ油 9.00 しょうゆ(濃) 2.20 本みりん 2.20 ■砂糖 2.20 水 25.00 ■かたくり粉 1.00 水 2.00 ▲きゃべつ 40.00 ▲ちんげん菜 10.00 ▲ホールコーン 5.00 ■白ごま 1.00 ■砂糖 0.90 しょうゆ(濃) 1.80 ■ごま油 0.20 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 30.00 ■メープルシロップ 5.00 ■キャノーラ油 1.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■超熟ロール 1/2個 ■干しうどん 30.00 ●豚肉 20.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 10.00 しょうゆ(濃) 1.00 本みりん 3.00 ●みそ 7.00 水 180.00 だし昆布 0.30 けずりぶし 5.50 ▲きゃべつ 40.00 ▲ちんげん菜 10.00 ▲ホールコーン 5.00 ■白ごま 1.00 ■砂糖 0.90 しょうゆ(濃) 1.80 ■ごま油 0.20 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 30.00 ■メープルシロップ 5.00 ■キャノーラ油 1.00 ■そうめん 10.00 ▲玉ねぎ 10.00 ●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 粒状大豆たんぱく 8.50 熱湯 85.00 ▲玉ねぎ 40.00 ▲人参 15.00 ■キャノーラ油 1.20 カレー粉 0.30 ブイオン(無添加) 0.50 水 15.00 ▲カットマト 15.00 塩 0.40 ウスターソース 4.00 トンカツソース 1.50 ■砂糖 0.25 ■上新粉 1.20 水 5.00 ●ベーコン 5.00 ■じゃが芋 30.00 ▲ほうれん草 5.00 しょうゆ(淡) 5.00 水 180.00 けずりぶし 5.50 	
				10時は1歳児だけです。 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……1～2歳児100ml ・3時……1～2歳児100mlです。 3時のヨーグルト・ゼリーは、1個です。		3時に使用している果物の量は りんご 1/6個 みかん 1/2個 ぼんかん 1/3個 *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。		