

令和5年3月 にこにこ保育園給食 実施献立表

	1(水)・31(金)	2(木)・15(水)	3(金)	4・18(土)	6・27(月)	7(火)	8(水)・16(木)	9(木)・29(水)
10時	(1日)牛乳 (31日)ヤクルト ■ こんぶあられ 1/2袋	●牛乳 ■ 満月ポン 1枚	●ヤクルト ■ ひじきスティック 1本	●牛乳 ■ 畑のクラッカー 5g	●牛乳 ■ ひじきあられ 5g	●牛乳 ■ ミレービスケット 2枚	●牛乳 ■ ひじきスティック 1本	●牛乳 ■ 満月ポン 1枚
昼	ごはん(かつおふりかけ) さつま芋の豆乳 カレースープ きゃべつの甘酢煮	超熟ロール 煮込みハンバーグ せんきやべつ みそ汁	ちらしずし ひたし 果物(缶) すまし汁	ごはん 韓国風スパゲティ じゃが芋のスープ	超熟ロール 五目うどん はくさいと豚肉の 甘酢煮	ごはん 肉のマヨいため ひたし みそ汁	ごはん(しそふりかけ) ポトフ 切干大根の煮物	豚丼 みそ汁 ヨーグルト
3時	●牛乳 ジャムサンド	茶 ●ヨーグルト ▲デコポン	●牛乳 ふかし芋	●牛乳 ▲ みかん缶詰 32g ■ 国産野菜のかりんとう 7g	●牛乳 ココア蒸しパン	●牛乳 ▲りんご ■ ココアプチクッキー○ 1/2袋	▲ オレンジジュース 100ml ミートサンドイッチ	●牛乳 ▲ 清見オレンジ ■ うす焼サラダせんべい 1枚
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 10.00 ● ベーコン 10.00 ▲ 玉ねぎ 20.00 ▲ 人参 15.00 ■ さつま芋 40.00 ■ キャノーラ油 1.00 水 120.00 ブイヨン(無添加) 0.50 カレー粉 0.25 ● 豆乳(無調整) 40.00 ■ 上新粉 5.00 水 15.00 しょうゆ(濃) 1.00 塩 0.10 ● シーチキン缶 6.00 ▲ きゃべつ 45.00 ▲ 人参 5.00 ■ 砂糖 1.00 米酢 2.00 しょうゆ(濃) 1.50 — 手作りおやつ — ■ 超熟ロール 1/2個 ■ いちごジャム 10.00	■ 超熟ロール 1個 「 ● 牛挽肉 40.00 └ 塩 0.20 「 ▲ 人参 15.00 └ ▲ 玉ねぎ 25.00 └ ■ キャノーラ油 2.00 └ ■ かたくり粉 1.00 └ ■ 米パン粉 4.00 └ ■ キャノーラ油 適量 「 ▲ 玉ねぎ 15.00 └ ■ キャノーラ油 1.00 └ 水 55.00 └ しょうゆ(濃) 1.00 └ トマトケチャップ 20.00 └ ■ 砂糖 1.00 └ ■ 上新粉 2.20 └ 水 6.60 ▲ きゃべつ 40.00 塩 少々 ● わかめ 0.50 ● ベーコン 7.00 ▲ えのきたけ 10.00 ● みそ 6.00 水 180.00 けずりぶし 5.50	「 ■ 米 55.00 └ 水 77.00 └ ■ 砂糖 2.80 └ 塩 0.64 └ 米酢 4.00 「 ● ちりめんじゃこ 5.00 └ ● 凍豆腐 3.00 └ ▲ 人参 15.00 └ ▲ 干しいたけ(スライス) 0.50 └ ■ 砂糖 2.00 └ しょうゆ(濃) 1.50 └ だし汁 15.00 └ ▲ 絹さや 3.00 ● 焼豚○ 5.00 ▲ はくさい 50.00 ▲ なたね菜 10.00 しょうゆ(濃) 1.00 だし汁 0.70 ▲ みかん缶詰 20.00 ■ 焼ふ 2.00 ▲ 玉ねぎ 15.00 ▲ みつば 2.00 しょうゆ(淡) 5.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■ さつま芋 72.00 塩 少々	■ 米 40.00 水 60.00 ■ スパゲティ 30.00 ● 牛肉 20.00 「 しょうゆ(濃) 1.00 └ ▲ ねぎ 2.00 └ ■ キャノーラ油 0.30 ▲ 玉ねぎ 10.00 ▲ もやし 15.00 ▲ にら 5.00 ▲ 人参 10.00 ■ キャノーラ油 1.20 だし汁 適量 酒 1.50 しょうゆ(濃) 3.20 ■ じゃが芋 30.00 ▲ ほうれん草 5.00 しょうゆ(淡) 5.50 水 180.00 けずりぶし 5.50	■ 超熟ロール 1/2個 ■ 干しうどん 30.00 ● 油揚げ 7.00 ■ 砂糖 0.70 「 しょうゆ(濃) 0.70 └ だし汁 適量 ▲ 人参 10.00 ▲ 玉ねぎ 10.00 ▲ ねぎ 2.00 しょうゆ(濃) 4.00 しょうゆ(淡) 2.30 水 180.00 だし昆布 0.30 けずりぶし 5.50 ● 豚肉 15.00 ▲ はくさい 50.00 ▲ 人参 10.00 ▲ 干しいたけ 0.50 ■ キャノーラ油 1.00 だし汁 15.00 「 しょうゆ(濃) 3.20 └ 米酢 1.30 └ ■ 砂糖 0.90 └ ■ かたくり粉 0.90 └ 水 1.80 — 手作りおやつ — ■ 小麦粉 20.00 └ 純ココア 2.00 └ ベーキングパウダー 1.60 ■ 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	■ 米 60.00 水 90.00 「 ● 豚肉 40.00 └ 酒 0.75 └ しょうゆ(濃) 1.00 └ ■ 砂糖 0.30 └ ■ キャノーラ油 0.40 └ しょうゆ(濃) 0.50 └ ■ マヨドレ 1.00 ▲ きゃべつ 40.00 ▲ 人参 10.00 ▲ ホールコーン 5.00 しょうゆ(濃) 2.10 だし汁 1.80 ■ 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	■ 米 60.00 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.50 ● 鶏もも肉・1×1 10.00 ● ボークウィンナー 10.00 ▲ 玉ねぎ 30.00 ▲ 人参 10.00 ▲ きゃべつ 20.00 ■ じゃが芋 20.00 水 160.00 ブイヨン(無添加) 0.80 塩 0.40 しょうゆ(淡) 1.50 酒 0.50 ▲ 切干大根 7.00 ▲ 人参 5.00 ● 凍豆腐 2.00 ● 油揚げ 3.00 ■ 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 — 手作りおやつ — ■ 超熟食パン(10枚切) 1枚 「 ● 牛挽肉 18.00 └ ▲ 玉ねぎ 20.00 └ ■ キャノーラ油 0.27 └ ■ 上新粉 0.60 └ 水 9.00 └ トマトケチャップ 3.60 └ ウスターソース 0.70 └ ■ 砂糖 0.70 └ ■ かたくり粉 0.50 └ 水 1.00	「 ■ 米 60.00 └ 水 90.00 ● 豚肉 36.00 ▲ 玉ねぎ 30.00 ▲ 小松菜 12.00 ▲ えのきたけ 12.00 ▲ 人参 10.00 ▲ ねぎ 2.00 ■ キャノーラ油 2.40 「 ▲ 土しょうが 0.12 └ しょうゆ(濃) 3.60 └ 酒 2.40 ■ さつま芋 40.00 ● わかめ 0.50 ● みそ 6.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 ● ブルーンヨーグルト 1個
	★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、1～2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。							

	10・17・24(金)	11・25(土)	13・20(月)	14・28(火)	30(木)	22(水)	23(木)
10時	●ヤクルト ■こんぶあられ 1/2袋	●牛乳 ■畑のクラッカー 5g	●牛乳 ■ひじきあられ 5g	●牛乳 ■水族館のなかまたち 1/2袋	●牛乳 ■こんぶあられ 4g	●牛乳 ■満月ポン 1枚	●牛乳 ■ひじきスティック 1本
昼	ごはん さばのソース煮 焼き野菜 みぞれ汁	ごはん 豆腐カレースープ 野菜いため	超熟ロール みそラーメン 大根の煮物	ごはん 鮭のオニオンソース ゆでブロッコリーの マヨドレ添え みそ汁	ごはん 鶏肉のたつた揚げ ひたし すまし汁 ゼリー	ごはん 肉のマヨいため ひたし みそ汁	ごはん 鶏肉と大根の煮物 みそ汁
3時	●牛乳 焼きそば	●牛乳 ▲みかん缶詰 32g ■星たべよ 2枚	●牛乳 さつま芋のケーキ	●牛乳 いよかん ■ココアプチクッキー○ 1/2袋	●牛乳 コーンとチーズの パンケーキ	●牛乳 ▲はっさく ■ココアプチクッキー○ 1/2袋	●牛乳 ■お米deいちごの スティックケーキ 1個
昼と3時（手作りおやつ）の材料と量	■米 60.00 水 90.00 ●さば・冷・70g 1/2切 ┌ ▲土しょうが 0.50 ├ ウスターソース 1.80 ├ ■砂糖 1.80 ├ 酒 1.50 ├ しょうゆ(濃) 1.80 └ 水 15.00 ●ポークウインナー 10.00 ■じゃが芋 25.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲人参 10.00 ■キャノーラ油 0.30 塩 0.20 ▲大根 20.00 ▲しめじ 5.00 ▲ちんげん菜 5.00 しょうゆ(淡) 5.50 ┌ 水 180.00 ├ だし昆布 0.30 └ けずりぶし 5.50 ┌ ■かたくり粉 1.00 └ 水 2.00 ―手作りおやつ― ■中華めん(乾) 15.00 ●豚肉 10.00 ▲きやべつ 10.00 ▲玉ねぎ 5.00 ■キャノーラ油 1.00 ウスターソース 2.00 トマトケチャップ 0.80 しょうゆ(濃) 0.40 塩 少々	■米 60.00 水 90.00 ●豆腐 30.00 ┌ ●牛肉 10.00 ├ ▲玉ねぎ 40.00 ├ ■キャノーラ油 1.00 ├ ▲ホールコーン 10.00 ├ ▲ブロッコリー 10.00 ├ 水 160.00 ├ カレールウ 15.00 └ しょうゆ(濃) 少々 ▲きやべつ 40.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲人参 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 【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……○	■超熟ロール 1/2個 ■中華めん(乾) 30.00 ┌ ●豚肉 20.00 ├ ▲人参 10.00 ├ ▲もやし 10.00 ├ ▲ほうれん草 5.00 ├ ■キャノーラ油 1.00 ├ ▲ねぎ 2.00 ├ 水 180.00 ├ ポークブイヨン 2.80 ├ ●みそ 6.00 ├ 本みりん 3.30 └ しょうゆ(濃) 2.00 ▲大根 60.00 ▲人参 10.00 ●絹厚揚げ 8.00 ●きざみ昆布 0.50 酒 1.00 ■砂糖 2.20 しょうゆ(濃) 1.20 しょうゆ(淡) 1.00 ┌ 水 40.00 └ けずりぶし 1.20 ―手作りおやつ― ┌ ■ケーキミックス粉 20.00 ├ ■さつま芋 10.00 ├ ■砂糖 5.50 ├ ■生クリーム 10.00 ├ 水 7.60 └ ホイルケース 1枚	■米 60.00 水 90.00 ┌ ●生鮭(冷) 50.00 ├ 塩 0.10 ├ ■かたくり粉 7.50 ├ ■なたね揚げ油 5.00 ├ ▲玉ねぎ 8.00 ├ ▲土しょうが 0.80 ├ ■キャノーラ油 0.40 ├ ■砂糖 1.00 ├ しょうゆ(濃) 2.00 ├ 酒 1.00 ├ 本みりん 2.30 └ 水 3.50 ▲ブロッコリー 25.00 塩 少々 ■マヨドレ 3.00 ■焼ふ 3.00 ▲小松菜 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 15.00 ├ 水 13.00 ├ ▲ホールコーン 10.00 ├ ●ピザ用チーズ 5.00 └ ■キャノーラ油 1.00	■米 60.00 水 90.00 ┌ ●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 ▲はくさい 50.00 ▲ちんげん菜 10.00 ┌ しょうゆ(濃) 1.80 └ だし汁 0.70 ▲大根 20.00 ●わかめ 0.50 しょうゆ(淡) 5.00 ┌ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 ▲お祝いいちごゼリー 1個 ―手作りおやつ― ┌ ■ケーキミックス粉 15.00 ├ 水 13.00 ├ ▲ホールコーン 10.00 ├ ●ピザ用チーズ 5.00 └ ■キャノーラ油 1.00	■米 60.00 水 90.00 ┌ ●豚肉 40.00 ├ 酒 0.75 ├ しょうゆ(濃) 1.00 ├ ■砂糖 0.30 ├ ■キャノーラ油 0.40 ├ しょうゆ(濃) 0.50 └ ■マヨドレ 1.00 ▲きやべつ 40.00 ▲人参 10.00 ▲ホールコーン 5.00 ┌ しょうゆ(濃) 2.10 └ だし汁 1.80 ■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 3時に使用している果物の量は りんご 1／6個 いよかん 1／4個 清見オレンジ 1／4個 デコポン 1／3個 はっさく 1／4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。	■米 60.00 水 90.00 ●鶏もも肉・2×2 30.00 ■キャノーラ油 1.00 ▲大根 40.00 ▲人参 10.00 ■じゃが芋 40.00 ●きざみ昆布 0.50 米酢 1.20 ■砂糖 3.30 しょうゆ(濃) 2.80 ●みそ 2.80 ┌ 水 50.00 └ けずりぶし 1.50 ■焼ふ 2.00 ▲はくさい 20.00 ▲みつば 2.00 ●みそ 7.50 ┌ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50