

令和5年2月 にこにこ保育園給食 実施献立表

	1(水)・9(木)	2(木)・15(水)	3(金)	4(土)	6(月)	7(火)・16(木)	8(水)・28(火)	10(金)・22(水)
10時	●牛乳 ■クラシカル 2枚 ■たまごボーロ 1袋	●牛乳 ■水族館のなかまたち 1/2袋	●ヤクルト ■ミレービスケット ノンフライ 2枚	●牛乳 ■むらさきいもの おせんべい 3枚	●牛乳 ■パフスナック・ソース味 3g	●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	(10日)ヤクルト (22日)牛乳 10日 ■ミレービスケット 2枚 22日 ■たまごボーロ 1袋
昼	カレーライス 切干しソテー	ごはん 鶏肉の南蛮づけ みそ汁	北国ごはん いわしの蒲焼風 煮びたし みそ汁	ごはん 豆乳コーンスープ いためビーフン	超熟ロール あんかけうどん きやべつの甘酢あえ	ビビンバ すまし汁 ヨーグルト	ごはん(かつおふりかけ) 手作りしゅうまい 煮びたし みそ汁	ごはん(しそふりかけ) 魚のサクサク焼 ジャーマンポテト風 すまし汁
3時	●牛乳 りんごのパンケーキ	●牛乳 ▲デコポン ■国産野菜のかりんとう 7g	●牛乳 ふかし芋	●牛乳 ▲みかん缶詰 32g ■昆布あられ 1/2袋	●牛乳 ■お米deメープル マフィン 1個	●牛乳 ▲りんご ■星たべよ(しお味) 2枚	●牛乳 ▲ぼんかん ■国産野菜のかりんとう 7g	●牛乳 いちご蒸しパン
昼と3時 (手作りおやつ)の材料と量	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 └ 水 90.00 ●牛肉 20.00 ▲人参 20.00 ▲玉ねぎ 35.00 ■じゃが芋 35.00 ■キャノーラ油 0.50 水 150.00 カレールー 18.00 └ 塩 少々 ●ベーコン 5.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲切干大根 5.50 ▲ちんげん菜 5.00 ■キャノーラ油 適量 トマトケチャップ 4.50 └ ウスターソース 1.20 └ 塩 少々 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 25.00 ▲りんご(g) 20.00 ■メープルシロップ 3.00 └ 水 適量 └ 塩 1.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 └ 水 90.00 ●鶏もも肉・20gカット 60.00 └ しょうゆ(濃) 1.50 └ 酒 1.50 ■キャノーラ油 0.50 ■かたくり粉 適量 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 8.00 ▲ピーマン 4.00 ▲黄パプリカ 4.00 ▲えのきたけ 4.00 ■砂糖 1.50 米酢 3.00 ししょうゆ(濃) 0.80 塩 0.20 水 5.00 ■そうめん 10.00 ▲はくさい 15.00 ▲小松菜 5.00 ●みそ 7.50 └ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 ■きんぴら 10.00 ▲はくさい 15.00 ▲小松菜 5.00 ●みそ 7.50 └ 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 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 55.00 └ 水 77.00 ●ほたて貝柱缶 7.00 ▲人参 8.00 ▲ごぼう 4.00 └ 酒 1.60 └ しょうゆ(濃) 4.00 └ 塩 0.10 ▲グリーンピース(冷) 2.00 ●まいわし・冷・40g 40.00 ■かたくり粉 6.00 ■なたね揚げ油 4.00 ■砂糖 1.60 ししょうゆ(濃) 1.60 本みりん 0.36 ▲土しょうが(汁) 0.36 └ 酒 0.10 └ 水 8.00 ▲きやべつ 40.00 ▲春菊 10.00 ■砂糖 0.20 ししょうゆ(濃) 1.50 だし汁 12.00 ▲玉ねぎ 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 — ■さつま芋 72.00 └ 塩 少々 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 └ 水 90.00 ●豚肉 20.00 ●ベーコン 5.00 ▲玉ねぎ 30.00 ▲人参 10.00 ▲ねぎ 2.00 ししょうゆ(濃) 4.00 ししょうゆ(淡) 3.00 水 180.00 だし昆布 0.30 けずりぶし 5.50 ■かたくり粉 2.20 └ 水 4.40 ■はるさめ 3.00 ▲きやべつ 40.00 ▲ちんげん菜 10.00 ■砂糖 2.50 ししょうゆ(濃) 2.50 米酢 2.50 ■ビーフン 12.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲ちんげん菜 5.00 ■キャノーラ油 0.50 オイスターソース 2.70 ししょうゆ(濃) 0.90 └ 酒 2.00 └ 水 10.00 	<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 15.00 ▲人参 10.00 ▲玉ねぎ 10.00 ▲ねぎ 2.00 ししょうゆ(濃) 4.00 ししょうゆ(淡) 3.00 水 180.00 だし昆布 0.30 けずりぶし 5.50 ■かたくり粉 2.20 └ 水 4.40 ■はるさめ 3.00 ▲きやべつ 40.00 ▲ちんげん菜 10.00 ■砂糖 2.50 ししょうゆ(濃) 2.50 米酢 2.50 ●プルーンヨーグルト 1個 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 └ 水 90.00 ●牛挽肉 40.00 ▲土しょうが(汁) 0.30 └ 酒 2.00 ■砂糖 2.00 ししょうゆ(濃) 2.00 ■ごま油 0.30 ▲ねぎ 1.00 ▲ほうれん草 20.00 ▲人参 20.00 ▲もやし 30.00 ■白ごま 1.00 ■砂糖 1.00 ししょうゆ(濃) 3.00 ■ごま油 0.30 ■焼ふ 2.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲みつば 2.00 ししょうゆ(淡) 5.50 └ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 ●焼豚〇 5.00 ▲はくさい 50.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 0.24 ししょうゆ(濃) 1.40 だし汁 15.00 ●絹厚揚げ 6.00 ■さつま芋 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 かつおふりかけ 0.70 ●カラスガレイ・冷50g 1切 └ 塩 0.10 ウスターソース 1.70 ■マヨドレ 1.70 ■米パン粉 8.00 ■キャノーラ油 適量 ■フライドポテト冷 40.00 ▲玉ねぎ 10.00 ■バター 2.00 ●ベーコン 6.50 └ 塩 0.20 ▲大根 15.00 ▲はくさい 10.00 ▲みつば 2.00 ししょうゆ(淡) 5.50 └ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 20.00 ■米 5.00 └ 水 7.50 ▲いちご(g) 5.00 ■いちごジャム 13.00 └ 水 5.00 └ ホイルケース 1枚 	

★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。

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。

	13・27(月)	14(火)	17・24(金)	18・25(土)	20(月)	21(火)
10時	●牛乳 ■おこめパフ ココア 1/2袋	●牛乳 ■たまごボーロ○ 1袋	●ヤクルト ■ミレービスケット 2枚	●牛乳 ■むらさきいもの おせんべい 3枚	●牛乳 ■おこめパフ ココア 1/2袋	●牛乳 ■どうぶつビスケット 2個
昼	超熟ロール けんちんラーメン いそ煮	ごはん まぐろのソースあえ ひたし みそ汁	ごはん(しそふりかけ) 鶏肉の寄せ鍋風 はりはり煮	すき焼丼 みそ汁	超熟ロール あんかけうどん きやべつの甘酢あえ	ごはん 豆乳コーンスープ ビーフンのあえもの
3時	●牛乳 かるかん	●牛乳 ふかし芋	●牛乳 お芋のラスク	●牛乳 ▲パイン缶詰 4個 ■昆布あられ 1/2袋	●牛乳 サータアンダギー	●牛乳 ▲りんご ■星たべよ(しお味) 2枚
昼と3時 (手作りおやつ) の材料と量	<ul style="list-style-type: none"> ■超熟ロール 1/2個 ■中華めん(乾) 30.00 ●豚肉 20.00 ▲大根 15.00 ▲人参 5.00 ▲玉ねぎ 10.00 ●豆腐 20.00 ■キャノーラ油 0.50 水 220.00 けずりぶし 6.60 しょうゆ(濃) 6.30 オイスターソース 3.70 塩 少々 ●ひじき 3.50 ●ベーコン 3.00 ▲人参 10.00 ▲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 ▲ちんげん菜 5.00 — 手作りおやつ — ■上新粉 18.00 ベーキングパウダー 1.00 ■砂糖 6.50 ■長芋 15.00 水 18.00 ホイルクース 1枚 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●まぐろ(冷)角切 50.00 しょうゆ(濃) 0.50 酒 2.00 ■かたくり粉 8.00 ■上新粉 3.50 ■なたね揚げ油 5.00 ■砂糖 0.50 トマトケチャップ 4.00 ウスターソース 2.60 水 30.00 ▲きやべつ 40.00 ▲人参 10.00 しょうゆ(濃) 2.30 だし汁 1.80 ■焼ふ 3.00 ▲玉ねぎ 15.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■さつま芋 90.00 塩 少々 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.50 ●鶏もも肉・1×1 20.00 ●豆腐 20.00 ▲はくさい 30.00 ▲人参 10.00 ▲しめじ 10.00 ▲ねぎ 2.00 ■はるさめ 3.00 しょうゆ(淡) 6.00 酒 2.40 本みりん 2.40 水 140.00 けずりぶし 4.30 ●きざみ昆布 0.80 ▲切干大根 3.20 ●シーチキン缶 6.00 ▲ホールコーン 6.00 しょうゆ(濃) 1.60 ■砂糖 1.20 本みりん 0.40 米酢 1.60 塩 0.08 — 手作りおやつ — ■耳なし超熟食パン(8枚切) 1/2枚 ■さつま芋 14.00 ■砂糖 2.20 ■バター 1.60 ●牛乳(調理用) 1.60 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●牛肉 30.00 糸こんにゃく 10.00 ▲はくさい 30.00 ▲小松菜 5.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲長ねぎ 5.00 ■キャノーラ油 1.50 ■砂糖 3.60 しょうゆ(濃) 5.40 ■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 ■はるさめ 3.00 ▲きやべつ 40.00 ▲ちんげん菜 10.00 ■砂糖 2.50 しょうゆ(濃) 2.50 米酢 2.50 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 12.00 ■小麦粉 12.00 ■砂糖 2.40 ■黒砂糖 3.30 ●卵○ 6.20 水 2.80 ■なたね揚げ油 4.80 	<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 15.00 ▲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) 3.00 水 180.00 だし昆布 0.30 けずりぶし 5.50 ■かたくり粉 2.20 水 4.40 ■はるさめ 3.00 ▲きやべつ 40.00 ▲ちんげん菜 10.00 ■砂糖 2.50 しょうゆ(濃) 2.50 米酢 2.50 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 12.00 ■小麦粉 12.00 ■砂糖 2.40 ■黒砂糖 3.30 ●卵○ 6.20 水 2.80 ■なたね揚げ油 4.80 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●豚肉 20.00 ●ベーコン 5.00 ▲玉ねぎ 30.00 ▲人参 10.00 ■キャノーラ油 0.30 塩 0.50 ■じゃが芋 30.00 ▲コーン缶・クリーム 25.00 ●豆乳(無調整) 10.00 しょうゆ(淡) 1.00 ブイヨン(無添加) 0.50 水 80.00 ■ビーフン 12.00 ▲ちんげん菜 20.00 ▲人参 10.00 ▲干しいたけ 0.50 ■砂糖 0.50 しょうゆ(濃) 0.50 水 4.00 ■砂糖 0.86 しょうゆ(濃) 3.00 米酢 0.86
			【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……○	3時に使用している果物の量は りんご 1/6個 ぼんかん 1/3個 デコポン 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。		