

# 令和5年8月 にこにこ保育園給食 実施献立表

|                       | 1・29(火)  | 2・23(水)  | 3(木)・30(水)  | 4(金)   | 5(土)  | 7・21(月)  | 8(火)                                       | 9(水)・25(金)                         |
|-----------------------|--|--|---|--|---|--|--|------------------------------------|
| 10時                   | ●牛乳<br>■まあるいクラッカー<br>ミニ 2枚   | ●牛乳<br>■野菜スティック 1本   | ●牛乳<br>■ぱりんこ(しお味)<br>1枚   | ●ヤクルト<br>■マリー 1枚   | ●牛乳<br>■ふわふわチップ<br>(じゃがいも味) 2g  | ●牛乳<br>■ミニアスパラガス<br>ビスケット 3個   | ●牛乳<br>■まあるいクラッカー<br>ミニ 2枚                 | 9日 ●牛乳<br>25日 ●ヤクルト<br>■マリー 1枚     |
| 昼                     | 梅ごはん<br>鮭のおろし焼<br>煮びたし<br>みそ汁  | ごはん(かつおふりかけ)<br>とうがんのスープ<br>ポテトのピザ風  | 超熟ロール<br>鶏肉のたつた揚げ<br>煮びたし<br>すまし汁   | ハヤシライス<br>野菜いため  | ごはん<br>ポークビーンズ<br>みそ汁   | ごはん<br>豚肉とゴーヤの<br>みそいため<br>ベークドポテト<br>野菜のスープ   | ごはん<br>鶏肉の<br>バーベキューソース<br>きゃべつの甘酢煮<br>みそ汁 | ごはん<br>煮魚<br>ちんげん菜の<br>いため物<br>みそ汁 |
| 3時                    | ●牛乳<br>1日 ▲すいか<br>29日 ▲梨<br>■野菜入りソフトせん<br>2枚   | ●牛乳<br>▲パイナップル 4個<br>■ひとくちしょうゆせん<br>1/2袋   | ●牛乳<br>▲みかんゼリー<br>■水族館のなかまたち<br>1袋  | ▲アップルジュース<br>100ml<br>プレーン蒸しパン   | ●牛乳<br>▲みかん缶詰 32g<br>■おから入りあられ揚げ<br>1/2袋  | ●牛乳<br>▲ももゼリー<br>■リッツ 2枚   | ●牛乳<br>▲すいか<br>■野菜入りソフトせん<br>2枚            | ●牛乳<br>ジャムサンド                      |
| 昼と3時<br>(手作りおやつ)の材料と量 | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>▲梅干し 3.00</li> <li>●生鮭(冷)角切 50.00</li> <li>酒 0.50</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>■マヨドレ 7.00</li> <li>しょうゆ(濃) 0.50</li> <li>ホイルクース 1.00</li> <li>▲ちんげん菜 30.00</li> <li>▲小松菜 20.00</li> <li>■砂糖 0.20</li> <li>しょうゆ(濃) 1.50</li> <li>だし汁 12.50</li> <li>●ベーコン 5.00</li> <li>▲なす 20.00</li> <li>▲ねぎ 2.00</li> <li>●みそ 6.70</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>かつおふりかけ 0.70</li> <li>▲とうがん 30.00</li> <li>●豚肉 25.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>▲干しいたけ 0.50</li> <li>▲ちんげん菜 10.00</li> <li>水 170.00</li> <li>ポークブイオン 3.00</li> <li>しょうゆ(淡) 4.50</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</li> <li>酒 2.40</li> <li>塩 少々</li> <li>▲土しよが(汁) 0.20</li> <li>■ごま油 0.10</li> <li>■細切りポテト(冷) 40.00</li> <li>▲玉ねぎ 13.00</li> <li>▲ピーマン 4.00</li> <li>●ポークウィンナー 4.00</li> <li>■キャノーラ油 1.70</li> <li>トマトケチャップ 4.80</li> <li>●ピザ用チーズ 7.00</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■超熟ロール 1個</li> <li>●鶏もも肉・20g 60.00</li> <li>しょうゆ(濃) 2.50</li> <li>酒 1.20</li> <li>■かたくり粉 7.20</li> <li>■なたね揚げ油 6.00</li> <li>▲きゃべつ 40.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>■砂糖 0.20</li> <li>▲きゅうり 1.50</li> <li>しょうゆ(濃) 12.00</li> <li>だし汁</li> <li>●豆腐 30.00</li> <li>▲玉ねぎ 10.00</li> <li>▲みつば 2.00</li> <li>しょうゆ(淡) 5.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>●大豆 30.00</li> <li>▲玉ねぎ 10.00</li> <li>▲みつば 2.00</li> <li>しょうゆ(淡) 5.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●牛肉 20.00</li> <li>▲人参 20.00</li> <li>▲玉ねぎ 40.00</li> <li>■キャノーラ油 適量</li> <li>▲マッシュルーム缶 5.00</li> <li>水 120.00</li> <li>ハヤシブレイク 20.00</li> <li>塩 少々</li> <li>▲きゃべつ 40.00</li> <li>▲玉ねぎ 15.00</li> <li>▲きゅうり 5.00</li> <li>■キャノーラ油 0.50</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</li> <li>オイスターソース 1.20</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■小麦粉 20.00</li> <li>ベーキングパウダー 1.60</li> <li>■砂糖 7.20</li> <li>塩 0.10</li> <li>水 20.00</li> <li>■キャノーラ油 4.00</li> <li>ホイルクース 1枚</li> <li>●大豆(缶)ドライ 10.00</li> <li>●豚肉 20.00</li> <li>■じゃが芋 40.00</li> <li>▲人参 20.00</li> <li>▲玉ねぎ 30.00</li> <li>■キャノーラ油 2.00</li> <li>水 40.00</li> <li>けずりぶし 1.20</li> <li>■砂糖 2.00</li> <li>しょうゆ(濃) 1.70</li> <li>トマトケチャップ 8.50</li> <li>ウスターソース 1.70</li> <li>■焼ふ 2.00</li> <li>▲小松菜 10.00</li> <li>●みそ 7.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●豚肉 25.00</li> <li>▲玉ねぎ 20.00</li> <li>▲黄パプリカ 10.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>▲にがうり 5.00</li> <li>■キャノーラ油 0.50</li> <li>●みそ 2.30</li> <li>酒 2.00</li> <li>しょうゆ(濃) 0.70</li> <li>■砂糖 1.60</li> <li>■フライドポテト冷 40.00</li> <li>塩 少々</li> <li>●シーチキン缶 5.00</li> <li>▲きゃべつ 20.00</li> <li>しょうゆ(淡) 2.00</li> <li>水 180.00</li> <li>ブイオン(無添加) 0.80</li> <li>●焼竹輪 7.50</li> <li>▲きゃべつ 45.00</li> <li>▲人参 5.00</li> <li>■砂糖 1.00</li> <li>米酢 2.00</li> <li>しょうゆ(濃) 1.50</li> <li>▲かぼちゃ 30.00</li> <li>▲玉ねぎ 10.00</li> <li>▲ねぎ 2.00</li> <li>●みそ 7.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●鶏もも肉・20g 60.00</li> <li>塩 0.10</li> <li>▲にんにく 0.10</li> <li>▲土しよが 0.10</li> <li>しょうゆ(濃) 2.00</li> <li>クッキングワイン(赤) 1.00</li> <li>■リンゴジャム 3.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>●焼豚○ 10.00</li> <li>▲玉ねぎ 20.00</li> <li>▲ちんげん菜 40.00</li> <li>▲ホールコーン 5.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>■砂糖 0.75</li> <li>しょうゆ(濃) 1.50</li> <li>▲とうがん 30.00</li> <li>●わかめ 0.50</li> <li>●みそ 6.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■超熟ロール 1個</li> <li>■いちごジャム 10.00</li> </ul> |  |                                    |

10時は1歳児だけです。  
 材料の分量は3～5歳児分、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。

【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・乳を含む食品の  
 右側に印をつけています。  
 卵を含む食品……○

|                   | 10・24(木)  | 19(土)   | 14(月)  | 15(火)   | 16(水)  | 17(木)  | 18(金)   | 22(火)   |
|-------------------|---|---|--|---|--|--|---|---|
| 10時               | ●牛乳<br>■ぱりんこ(しお味) 1枚  | ●牛乳<br>■ふわふわチップ (にんじん味) 2g  | ●牛乳<br>■ミニアスパラガス ビスケット 3個  | ●牛乳<br>■まあるいクラッカー ミニ 2枚   | ●牛乳<br>■野菜スティック 1本   | ●牛乳<br>■ぱりんこ(しお味) 1枚   | ●ヤクルト<br>■マリー 1枚  | ●牛乳<br>■まあるいクラッカー ミニ 2枚   |
| 昼                 | ごはん(しそふりかけ)<br>鶏肉の南蛮づけ<br>みそ汁   | ごはん(かつおふりかけ)<br>スパゲティ<br>ミートソース風<br>すまし汁  | ごはん(かつおふりかけ)<br>カレー焼うどん<br>すまし汁  | ごはん(しそふりかけ)<br>コーンチャウダー<br>いそ煮  | ごはん<br>大豆のケチャップ<br>いため煮<br>みそ汁   | カレーライス<br>切干大根の煮物  | ごはん<br>鶏肉の<br>バーベキューソース<br>きゃべつの甘酢煮<br>みそ汁  | 超熟ロール<br>肉うどん<br>かぼちゃの含め煮<br>ゼリー  |
| 3時                | ●牛乳<br>▲りんごゼリー<br>■水族館のなかまたち 1袋   | ●牛乳<br>▲みかん缶詰 32g<br>■おから入りあられ揚げ 1/2袋   | ●牛乳<br>ホットケーキ  | ●牛乳<br>▲みかん缶詰 32g<br>■野菜入りソフトせん 2枚  | ●牛乳<br>プレーン蒸しパン  | ●牛乳<br>フルーツ盛り合わせ   | ●牛乳<br>▲すいか<br>■水族館のなかまたち 1袋  | ●牛乳<br>▲梨<br>■野菜入りソフトせん 2枚  |
| 昼と3時(手作りおやつ)の材料と量 | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>ゆかり(国産赤しそ) 0.50</li> <li>●鶏もも肉・20g 60.00</li> <li>しょうゆ(濃) 1.50</li> <li>酒 1.50</li> <li>■キャノーラ油 0.50</li> <li>■かたくり粉 7.20</li> <li>▲玉ねぎ 20.00</li> <li>▲人参 8.00</li> <li>▲ピーマン 4.00</li> <li>▲黄パプリカ 4.00</li> <li>▲えのきたけ 4.00</li> <li>■砂糖 1.50</li> <li>米酢 3.00</li> <li>しょうゆ(濃) 0.80</li> <li>塩 0.20</li> <li>水 5.00</li> <li>●豆腐 25.00</li> <li>▲なす 20.00</li> <li>▲小松菜 10.00</li> <li>●みそ 7.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 40.00</li> <li>水 60.00</li> <li>かつおふりかけ 0.50</li> <li>■スパゲティ 30.00</li> <li>●粒状大豆たんぱく 6.00</li> <li>熱湯 60.00</li> <li>▲玉ねぎ 25.00</li> <li>▲人参 20.00</li> <li>▲ピーマン 3.00</li> <li>■キャノーラ油 2.00</li> <li>■上新粉 2.40</li> <li>だし汁 24.00</li> <li>しょうゆ(濃) 2.40</li> <li>トマトケチャップ 8.50</li> <li>ウスターソース 4.50</li> <li>■砂糖 0.24</li> <li>●ベーコン 3.00</li> <li>■じゃが芋 30.00</li> <li>▲ほうれん草 5.00</li> <li>しょうゆ(淡) 5.00</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 40.00</li> <li>水 60.00</li> <li>かつおふりかけ 0.50</li> <li>■干しうどん 30.00</li> <li>●シーチキン缶 15.00</li> <li>▲玉ねぎ 20.00</li> <li>▲人参 15.00</li> <li>▲じゃが芋 4.00</li> <li>■たけのこ(水煮) 5.00</li> <li>■キャノーラ油 1.50</li> <li>カレー粉 0.25</li> <li>熱湯 2.00</li> <li>しょうゆ(濃) 3.00</li> <li>本みりん 2.00</li> <li>■焼ふ 3.00</li> <li>▲ちんげん菜 5.00</li> <li>しょうゆ(淡) 5.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■ケーキミックス粉 30.00</li> <li>■メープルシロップ 5.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>ゆかり(国産赤しそ) 0.50</li> <li>●鮭 缶詰(水煮) 15.00</li> <li>▲玉ねぎ 20.00</li> <li>▲人参 15.00</li> <li>■じゃが芋 40.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>水 120.00</li> <li>ブイヨン(無添加) 1.50</li> <li>▲コーン缶・クリーム 30.00</li> <li>塩 0.10</li> <li>■上新粉 2.00</li> <li>水 6.00</li> <li>●豆乳(無調整) 40.00</li> <li>●ひじき 3.50</li> <li>▲人参 6.00</li> <li>糸こんにゃく 10.00</li> <li>▲干しいたけ 1.00</li> <li>■キャノーラ油 1.20</li> <li>■砂糖 2.00</li> <li>しょうゆ(濃) 1.70</li> <li>水 22.00</li> <li>けずりぶし 0.70</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●大豆(缶)ドライ 10.00</li> <li>●シーチキン缶 20.00</li> <li>■じゃが芋 40.00</li> <li>▲人参 20.00</li> <li>▲玉ねぎ 30.00</li> <li>■キャノーラ油 2.00</li> <li>水 40.00</li> <li>けずりぶし 1.20</li> <li>■砂糖 1.60</li> <li>しょうゆ(濃) 1.36</li> <li>トマトケチャップ 6.80</li> <li>ウスターソース 1.36</li> <li>■焼ふ 2.00</li> <li>●わかめ 0.50</li> <li>●みそ 6.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■小麦粉 20.00</li> <li>ベーキングパウダー 1.60</li> <li>■砂糖 7.20</li> <li>塩 0.10</li> <li>水 20.00</li> <li>■キャノーラ油 4.00</li> <li>ホイルクース 1枚</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●牛肉 20.00</li> <li>▲人参 20.00</li> <li>▲玉ねぎ 35.00</li> <li>■じゃが芋 40.00</li> <li>■キャノーラ油 0.50</li> <li>水 150.00</li> <li>カレーフレーク 20.00</li> <li>塩 少々</li> <li>▲切干大根 7.00</li> <li>▲人参 5.00</li> <li>▲干しいたけ 0.50</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>■砂糖 1.80</li> <li>しょうゆ(濃) 1.30</li> <li>しょうゆ(淡) 1.00</li> <li>水 40.00</li> <li>けずりぶし 1.20</li> <li>▲ちんげん菜 10.00</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>▲パイン缶詰 2個</li> <li>▲みかん缶詰 2個</li> <li>▲りんご 2切</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●鶏もも肉・20g 60.00</li> <li>塩 0.10</li> <li>▲にんにく 0.10</li> <li>▲土しょうが 0.10</li> <li>しょうゆ(濃) 2.00</li> <li>クッキングワイン(赤) 1.00</li> <li>■リンゴジャム 3.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>●焼竹輪 7.50</li> <li>▲きゃべつ 45.00</li> <li>▲人参 5.00</li> <li>■砂糖 1.00</li> <li>米酢 2.00</li> <li>しょうゆ(濃) 1.50</li> <li>▲かぼちゃ 30.00</li> <li>▲玉ねぎ 10.00</li> <li>▲ねぎ 2.00</li> <li>●みそ 7.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■超熟ロール 1/2個</li> <li>■干しうどん 30.00</li> <li>●牛肉 20.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>▲玉ねぎ 15.00</li> <li>▲小松菜 5.00</li> <li>しょうゆ(濃) 4.00</li> <li>しょうゆ(淡) 3.00</li> <li>水 180.00</li> <li>だし昆布 0.30</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>▲かぼちゃ 60.00</li> <li>●ミニ絹厚揚げ 8.00</li> <li>■砂糖 1.70</li> <li>しょうゆ(濃) 1.40</li> <li>しょうゆ(淡) 0.90</li> <li>水 35.00</li> <li>だし昆布 少々</li> <li>けずりぶし 1.10</li> <li>▲三度豆 3.00</li> <li>▲マスカットゼリー 1個</li> </ul> |
|                   | <p>★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。</p> <p>★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。また、果物については一部変更する場合があります。</p>   |   | <p>3時に使用している果物の量は<br/>梨 1/6個<br/>すいか 48g</p> <p>*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。</p>  |   |  |  |   |   |

|                           | 28(月)  | 31(木)   |
|---------------------------|--|---|
| 10時                       | ●牛乳<br>■ミニアスパラガス<br>ビスケット 3個   | ●牛乳<br>■野菜スティック 1本  |
| 昼                         | ごはん(かつおふりかけ)<br>カレー焼うどん<br>すまし汁  | ごはん<br>カレースープ<br>切干大根の煮物<br>ゼリー   |
| 3時                        | ●牛乳<br>ホットケーキ  | ●牛乳<br>フルーツ盛り合わせ  |
| 昼と3時<br>(手作りおやつ<br>の材料と量) | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 40.00</li> <li>水 60.00</li> <li>かつおふりかけ 0.50</li> <li>■干しうどん 30.00</li> <li>●豚肉 20.00</li> <li>▲玉ねぎ 20.00</li> <li>▲人参 15.00</li> <li>▲たけのこ(水煮) 5.00</li> <li>■キャノーラ油 1.50</li> <li>「カレー粉 0.25</li> <li>「熱湯 2.00</li> <li>「しょうゆ(濃) 4.00</li> <li>「本みりん 2.00</li> <li>■焼ふ 3.00</li> <li>▲ちんげん菜 5.00</li> <li>しょうゆ(淡) 5.50</li> <li>「水 180.00</li> <li>「けずりぶし 5.50</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>「■ケーキミックス粉 30.00</li> <li>「■メープルシロップ 5.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●牛肉 20.00</li> <li>▲かぼちゃ 30.00</li> <li>▲なす 20.00</li> <li>▲玉ねぎ 20.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>▲セロリー 2.00</li> <li>■キャノーラ油 2.00</li> <li>水 180.00</li> <li>「ポークブイヨン 1.80</li> <li>「カレーフレーク 10.00</li> <li>「トマトケチャップ 3.00</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</li> <li>塩 少々</li> <li>▲切干大根 7.00</li> <li>▲人参 5.00</li> <li>▲干しいたけ 0.50</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>■砂糖 1.80</li> <li>しょうゆ(濃) 1.30</li> <li>しょうゆ(淡) 1.00</li> <li>「水 40.00</li> <li>「けずりぶし 1.20</li> <li>▲小松菜 10.00</li> <li>▲マスカットゼリー 1個</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>▲梨 1/8個</li> <li>▲みかん缶詰 16.00</li> <li>▲マンゴー(冷) 20.00</li> </ul> |

|                           | 22(火)   | 26(土)   | 28(月)   | 31(木)  |
|---------------------------|---|---|---|--|
| 10時                       | ●牛乳●<br>■まあいクラッカー<br>ミニ 2枚  | ●牛乳●<br>■ふわふわチップ<br>(にんじん味) 2g  | ●牛乳●<br>■ミニアスパラガス<br>ビスケット 3個   | ●牛乳●<br>■野菜スティック 1本  |
| 昼                         | 山形パン*<br>肉うどん<br>かぼちゃの含め煮<br>ゼリー  | ハヤシライス<br>野菜いため   | ごはん(わかめ)*<br>カレー焼うどん<br>すまし汁  | ごはん<br>カレースープ<br>切干大根の煮物<br>ゼリー  |
| 3時                        | ●牛乳●<br>▲梨<br>■うす焼せんべい<br>(新潟仕込み) 1・1袋  | ●牛乳●<br>▲いよかん缶詰 3・2個<br>■ミニのりすけ 1・1袋  | ●牛乳●<br>ホットケーキ  | ●牛乳●<br>フルーツ盛り合わせ  |
| 昼と3時<br>(手作りおやつ<br>の材料と量) | <ul style="list-style-type: none"> <li>■山形ハニーロール●(45g) 1・1/2個</li> <li>■干しうどん 30.00</li> <li>●牛肉 20.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>▲玉ねぎ 15.00</li> <li>▲小松菜 5.00</li> <li>しょうゆ(濃) 4.00</li> <li>しょうゆ(淡) 3.00</li> <li>「 水 180.00</li> <li>「 だし昆布 0.30</li> <li>「 けずりぶし 5.50</li> <li>▲かぼちゃ 60.00</li> <li>●ミニ絹厚揚げ(冷) 8.00</li> <li>■砂糖 1.70</li> <li>しょうゆ(濃) 1.40</li> <li>しょうゆ(淡) 0.90</li> <li>「 水 35.00</li> <li>「 だし昆布 少々</li> <li>「 けずりぶし 1.10</li> <li>▲三度豆 3.00</li> <li>▲マスカットゼリー 1・1個</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>「■米 60.00</li> <li>「 水 90.00</li> <li>「●牛肉 20.00</li> <li>「▲人参 20.00</li> <li>「▲玉ねぎ 40.00</li> <li>「■キャノーラ油 適量</li> <li>▲マッシュルーム缶 5.00</li> <li>水 120.00</li> <li>ハヤシフレーク 20.00</li> <li>塩 少々</li> <li>▲きゃべつ 40.00</li> <li>▲玉ねぎ 15.00</li> <li>▲きゅうり 5.00</li> <li>■キャノーラ油 0.50</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</li> <li>オイスターソース 1.20</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 40.00</li> <li>水 60.00</li> <li>わかめふりかけ 0.40</li> <li>■干しうどん 30.00</li> <li>●豚肉 20.00</li> <li>▲玉ねぎ 20.00</li> <li>▲人参 15.00</li> <li>▲たけのこ(水煮) 5.00</li> <li>■キャノーラ油 1.50</li> <li>カレー粉 0.25</li> <li>熱湯 2.00</li> <li>しょうゆ(濃) 4.00</li> <li>「 本みりん 2.00</li> <li>■焼ふ(野菜入り) 3.00</li> <li>▲ちんげん菜 5.00</li> <li>しょうゆ(淡) 5.50</li> <li>「 水 180.00</li> <li>「 けずりぶし 5.50</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>「■ケーキミックス粉 30.00</li> <li>「■メープルシロップ 5.00</li> <li>「■キャノーラ油 1.00</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●牛肉 20.00</li> <li>▲かぼちゃ 30.00</li> <li>▲なす 20.00</li> <li>▲玉ねぎ 20.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>▲セロリー 2.00</li> <li>■キャノーラ油 2.00</li> <li>水 180.00</li> <li>ポークブイヨン 1.80</li> <li>「 カレーフレーク 10.00</li> <li>「 トマトケチャップ 3.00</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</li> <li>塩 少々</li> <li>▲切干大根 7.00</li> <li>▲人参 5.00</li> <li>▲干しいたけ(スライス) 0.50</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>■砂糖 1.80</li> <li>しょうゆ(濃) 1.30</li> <li>しょうゆ(淡) 1.00</li> <li>「 水 40.00</li> <li>「 けずりぶし 1.20</li> <li>▲小松菜 10.00</li> <li>▲マスカットゼリー 1・1個</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>▲梨 1/6・1/8個</li> <li>▲みかん缶詰 20・16</li> <li>▲マンゴー(冷) 20・20</li> </ul> |