

# 令和5年9月 にこにこ保育園給食 実施献立表

	1・29(金)	2・16(土)	4・25(月)	5(火)	6(水)・21(木)	7(木)・20(水)	8・22(金)	9・30(土)
10時	●ヤクルト ■ミレービスケット ノンフライ 2枚	●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 ■水族館のなかまたち 1袋	●牛乳 ■まあるいクラッカーミニ 2枚	●牛乳 ■おから入りあられ揚げ あられ 1/2袋	●ヤクルト ■ミレービスケット ノンフライ 2枚	●牛乳 ■野菜入りそふとせん 2枚
昼	ごはん さばのソース煮 含め煮 みそ汁	ごはん 豚肉のしょうがいため 煮びたし みそ汁	ごはん(かつおふりかけ) けんちんラーメン いそ煮	ごはん 五目いため みそ汁	ごはん まぐろのソースあえ 蒸し野菜の マヨドレ添え すまし汁	ごはん(しそふりかけ) ベトナム風汁麺 人参と豚肉の さっぱり煮	ごはん ハムと野菜のカレー煮 野菜のスープ	ごはん かぼちゃと肉の いため煮 みそ汁
3時	●牛乳 焼きそば	●牛乳 ▲パン缶詰 4個 ■野菜スティック 2本	●牛乳 りんごのパンケーキ	●牛乳 ▲野菜ゼリー 2個 ■ぱりんこ 2枚	●牛乳 ▲みかんゼリー ■ひとくちしょうゆせん 1/2袋	●牛乳 大豆ミートのパンピザ	●牛乳 人参ケーキ	●牛乳 ▲りんご ■野菜スティック 2本
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>●さば・冷・70g 1/2切</li> <li>▲土しょうが 0.50</li> <li>ウスターソース 1.80</li> <li>■砂糖 1.80</li> <li>酒 1.50</li> <li>しょうゆ(濃) 1.80</li> <li>水 15.00</li> <li>■じゃが芋 50.00</li> <li>▲人参 15.00</li> <li>▲三度豆 5.00</li> <li>■砂糖 1.80</li> <li>しょうゆ(濃) 1.10</li> <li>しょうゆ(淡) 0.70</li> <li>水 40.00</li> <li>だし昆布 0.20</li> <li>けずりぶし 1.50</li> <li>▲大根 20.00</li> <li>▲小松菜 10.00</li> <li>●みそ 7.50</li> <li>水 180.00</li> <li>だし昆布 少々</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■中華めん(乾) 12.00</li> <li>●豚肉 10.00</li> <li>▲きゃべつ 10.00</li> <li>▲玉ねぎ 5.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>ウスターソース 2.00</li> <li>トマトケチャップ 0.80</li> <li>しょうゆ(濃) 0.40</li> <li>塩 少々</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●豚肉 40.00</li> <li>▲土しょうが(汁) 0.30</li> <li>酒 2.00</li> <li>■砂糖 1.50</li> <li>しょうゆ(濃) 2.00</li> <li>■キャノーラ油 0.40</li> <li>▲ちんげん菜 40.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>■砂糖 0.20</li> <li>しょうゆ(濃) 1.50</li> <li>だし汁 12.00</li> <li>■さつま芋 40.00</li> <li>▲玉ねぎ 10.00</li> <li>●わかめ 0.50</li> <li>●みそ 7.00</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 25.00</li> <li>▲りんご(g) 20.00</li> <li>■メープルシロップ 3.00</li> <li>水 適量</li> <li>■キャノーラ油 1.00</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>■中華めん(乾) 30.00</li> <li>●豚肉 20.00</li> <li>▲大根 15.00</li> <li>▲人参 5.00</li> <li>▲玉ねぎ 10.00</li> <li>●豆腐 20.00</li> <li>■キャノーラ油 0.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>しょうゆ(濃) 5.20</li> <li>オイスターソース 3.00</li> <li>塩 少々</li> <li>●ひじき 3.50</li> <li>●牛肉(1×1cm) 6.00</li> <li>▲人参 6.00</li> <li>▲れんこん 10.00</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>だし汁 22.00</li> <li>▲ちんげん菜 5.00</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■ケーキミックス粉 25.00</li> <li>▲りんご(g) 20.00</li> <li>■メープルシロップ 3.00</li> <li>水 適量</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>●鶏もも肉・2×2 30.00</li> <li>酒 0.60</li> <li>しょうゆ(濃) 0.60</li> <li>▲人参 12.00</li> <li>▲たけのこ(水煮) 8.00</li> <li>▲きゃべつ 28.00</li> <li>▲ちんげん菜 8.00</li> <li>■はるさめ 3.00</li> <li>■キャノーラ油 0.80</li> <li>■砂糖 0.24</li> <li>しょうゆ(濃) 3.60</li> <li>●ベーコン 5.00</li> <li>■じゃが芋 30.00</li> <li>▲えのきたけ 5.00</li> <li>▲ねぎ 2.00</li> <li>●みそ 6.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>●わかめ 2.00</li> <li>●わかめ 0.50</li> <li>しょうゆ(淡) 5.00</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>▲きゃべつ 30.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>■さつま芋 20.00</li> <li>塩 少々</li> <li>■マヨドレ 8.00</li> <li>■焼ふ 2.00</li> <li>●わかめ 0.50</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 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●まぐろ(冷) 50.00</li> <li>しょうゆ(濃) 0.50</li> <li>酒 2.00</li> <li>■かたくり粉 8.00</li> <li>■上新粉 3.50</li> <li>■なたね揚げ油 5.00</li> <li>■砂糖 0.50</li> <li>トマトケチャップ 4.00</li> <li>ウスターソース 2.60</li> <li>水 30.00</li> <li>▲きゃべつ 30.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>■さつま芋 20.00</li> <li>塩 少々</li> <li>■マヨドレ 8.00</li> <li>■焼ふ 2.00</li> <li>●わかめ 0.50</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 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・1×1 20.00</li> <li>▲玉ねぎ 35.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>■キャノーラ油 0.30</li> <li>水 150.00</li> <li>ブイオン(無添加) 0.40</li> <li>▲たけのこ(水煮) 3.00</li> <li>しょうゆ(淡) 4.00</li> <li>■フォー 10.00</li> <li>▲ちんげん菜 5.00</li> <li>塩 少々</li> <li>●豚肉 20.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>▲切干大根 3.50</li> <li>▲三度豆 3.00</li> <li>米酢 1.00</li> <li>■砂糖 1.00</li> <li>しょうゆ(濃) 2.00</li> <li>水 20.00</li> <li>けずりぶし 0.60</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■耳なし超熟食パン(8枚切) 1/2枚</li> <li>●粒状大豆たんぱく 2.00</li> <li>熱湯 20.00</li> <li>▲玉ねぎ 10.00</li> <li>■キャノーラ油 0.50</li> <li>■上新粉 1.00</li> <li>トマトケチャップ 1.50</li> <li>ウスターソース 0.90</li> <li>ブイオン(無添加) 0.10</li> <li>水 少々</li> <li>●ピザ用チーズ 8.00</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●ロースハム 25.00</li> <li>▲なす 35.00</li> <li>▲カットトマト 20.00</li> <li>▲玉ねぎ 25.00</li> <li>▲セロリー 2.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>カレー粉 0.20</li> <li>水 15.00</li> <li>けずりぶし 0.45</li> <li>■砂糖 1.00</li> <li>トマトケチャップ 1.40</li> <li>ウスターソース 1.40</li> <li>しょうゆ(濃) 0.40</li> <li>■上新粉 1.00</li> <li>水 3.00</li> <li>▲グリーンピース(冷) 2.00</li> <li>▲きゃべつ 15.00</li> <li>▲もやし 5.00</li> <li>▲干しいたけ 0.50</li> <li>しょうゆ(淡) 2.20</li> <li>水 180.00</li> <li>ブイオン(無添加) 0.80</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■小麦粉 22.00</li> <li>ベーキングパウダー 0.70</li> <li>▲人参 16.00</li> <li>●卵〇 16.00</li> <li>■バター 8.00</li> <li>■砂糖 6.00</li> <li>ホイールケース 1枚</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>▲かぼちゃ 70.00</li> <li>●豚肉 20.00</li> <li>▲玉ねぎ 25.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>■砂糖 2.50</li> <li>しょうゆ(濃) 2.50</li> <li>しょうゆ(淡) 2.00</li> <li>だし汁 30.00</li> <li>■焼ふ 3.00</li> <li>▲ほうれん草 5.00</li> <li>●みそ 7.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> </ul>

【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……〇

★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。また、果物については一部変更する場  
合もあります。

	11(月)	12(火)	13(水)・26(火)	14(木)	15(金)	19(火)・27(水)	28(木)
10時	●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 ■ルヴァン・全粒粉 クラッカー 1枚	●牛乳 ■おから入りあられ揚げ あられ 1/2袋	●ヤクルト ■ミレービスケット ノンフライ 2枚	●牛乳 ■水族館のなかまたち 1袋	●牛乳 ■おから入りあられ揚げ あられ 1/2袋
昼	ごはん(かつおふりかけ) 肉うどん 焼き野菜	マヨたきご飯 五目いため すまし汁	ごはん(しそふりかけ) 魚の天ぷら きゃべつの甘酢煮 みそ汁	ごはん なすと肉のいため煮 みそ汁	超熟ロール カレースープ 切干大根の甘酢	ごはん タンドリー風チキン 煮びたし みそ汁	超熟ロール コーンチャウダー 切干シソテー
3時	▲野菜ジュース 100ml レモン蒸しパン	●牛乳 ▲やさいゼリー 2個 ■ぱりんこ 2枚	●牛乳 ▲りんご ■ひとくちしょうゆせん 1/2袋	●牛乳 ■お米deガトーショコラ 1個	●牛乳 ライスお好み焼	●牛乳 ▲梨 ■ぱりんこ 2枚	●牛乳 ライスお好み焼
昼と3時(手作りおやつ)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>●牛肉 20.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>▲玉ねぎ 15.00</li> <li>▲はくさい 10.00</li> <li>▲ねぎ 2.00</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>●ポークウインナー 10.00</li> <li>■フライドポテト冷 25.00</li> <li>▲玉ねぎ 15.00</li> <li>▲黄パプリカ 5.00</li> <li>■キャノーラ油 0.30</li> <li>塩 0.20</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■ケーキミックス粉 30.00</li> <li>ベーキングパウダー 0.50</li> <li>▲レモン(国産)(汁) 5.00</li> <li>レモン(国産)(皮) 少々</li> <li>■砂糖 2.00</li> <li>水 18.00</li> <li>ホイールケース 1枚</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 55.00</li> <li>水 77.80</li> <li>酒 1.50</li> <li>しょうゆ(濃) 3.00</li> <li>塩 0.10</li> <li>■マヨドレ 2.00</li> <li>●シーチキン缶 8.00</li> <li>▲mixベジタブル 20.00</li> <li>●鶏もも肉・2×2 30.00</li> <li>酒 0.60</li> <li>しょうゆ(濃) 0.60</li> <li>しょうゆ(淡) 0.60</li> <li>▲人参 12.00</li> <li>▲たけのこ(水煮) 8.00</li> <li>▲きゃべつ 28.00</li> <li>▲ちんげん菜 8.00</li> <li>■はるさめ 3.00</li> <li>■キャノーラ油 0.80</li> <li>■砂糖 0.24</li> <li>しょうゆ(濃) 3.60</li> <li>●豆腐 30.00</li> <li>▲えのきたけ 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>— 手作りおやつ —</li> <li>■米 20.00</li> <li>水 30.00</li> <li>■長芋 10.00</li> <li>▲ねぎ 1.50</li> <li>●花かつお 0.50</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</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>●カラスガレイ・冷50g 1切</li> <li>塩 0.15</li> <li>■小麦粉 7.00</li> <li>水 適量</li> <li>■なたね揚げ油 5.00</li> <li>●焼豚○ 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>●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>■米 20.00</li> <li>水 30.00</li> <li>■長芋 10.00</li> <li>▲ねぎ 1.50</li> <li>●花かつお 0.50</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</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>●豚肉 30.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>▲玉ねぎ 30.00</li> <li>▲人参 15.00</li> <li>▲なす 20.00</li> <li>▲干しいたけ 0.50</li> <li>▲三度豆 3.00</li> <li>だし汁 18.00</li> <li>酒 2.20</li> <li>■砂糖 1.10</li> <li>本みりん 2.20</li> <li>しょうゆ(濃) 3.60</li> <li>●ミニ絹厚揚げ 15.00</li> <li>▲はくさい 20.00</li> <li>▲ほうれん草 5.00</li> <li>●みそ 7.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■米 20.00</li> <li>水 30.00</li> <li>■長芋 10.00</li> <li>▲ねぎ 1.50</li> <li>●花かつお 0.50</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■超熟ロール 1個</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>▲セロリ 2.00</li> <li>■キャノーラ油 2.00</li> <li>水 180.00</li> <li>ポークブイオン 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>●ロースハム 5.00</li> <li>▲切干大根 4.00</li> <li>▲もやし 20.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>▲ちんげん菜 5.00</li> <li>■キャノーラ油 0.20</li> <li>■砂糖 1.00</li> <li>しょうゆ(濃) 2.50</li> <li>米酢 1.00</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■米 20.00</li> <li>水 30.00</li> <li>■長芋 10.00</li> <li>▲ねぎ 1.50</li> <li>●花かつお 0.50</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</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>●鶏もも肉・20g 60.00</li> <li>カレー粉 0.30</li> <li>塩 0.10</li> <li>●プレーンヨーグルト 12.00</li> <li>トマトケチャップ 3.00</li> <li>▲はくさい 50.00</li> <li>▲小松菜 10.00</li> <li>■砂糖 0.24</li> <li>しょうゆ(濃) 1.80</li> <li>だし汁 15.00</li> <li>●ベーコン 3.00</li> <li>▲とうがん 30.00</li> <li>▲えのきたけ 5.00</li> <li>▲ねぎ 2.00</li> <li>●みそ 7.00</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■米 20.00</li> <li>水 30.00</li> <li>■長芋 10.00</li> <li>▲ねぎ 1.50</li> <li>●花かつお 0.50</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■超熟ロール 1個</li> <li>●ベーコン 10.00</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>ブイオン(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>●豆乳クリーム 40.00</li> <li>●シーチキン缶 5.00</li> <li>▲玉ねぎ 15.00</li> <li>▲切干大根 5.50</li> <li>▲ちんげん菜 5.00</li> <li>■キャノーラ油 適量</li> <li>トマトケチャップ 4.50</li> <li>ウスターソース 1.20</li> <li>塩 少々</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■米 20.00</li> <li>水 30.00</li> <li>■長芋 10.00</li> <li>▲ねぎ 1.50</li> <li>●花かつお 0.50</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> </ul>
	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。		3時に使用している果物の量は りんご(電子レンジで温めます) 1/6個 梨 1/6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。		