

令和5年11月 にこにこ保育園給食 実施献立表

	1(水)	2(木)・15(水)	4・25(土)	6・20(月)	7(火)・29(水)	8(水)・28(火)	9(木)	10・17(金)
10時	●牛乳 ■こんぶあられ 1/2袋	●牛乳 ■マリー 1枚	●牛乳 ■カルシウム入りベビー スティック 2枚	●牛乳 ■畑のクラッカー 5g	●牛乳 ■こんぶあられ 1/2袋	●牛乳 ■マリー 1枚	●牛乳 ■野菜入りソフトせん 2枚	●ヤクルト ■ミレービスケット ノンフライ 2枚
昼	お弁当 (園で用意します。)	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼 ブロッコリーのひたし すまし汁	麻婆丼 みそ汁	ごはん カレーあんかけうどん ひじきとコーンの いため煮	超熟ロール あげボール ひたし すまし汁	ごはん ぶり大根 みそ汁	菜めし さつま汁 ビーフンのあえもの	ビビンバ すまし汁
3時	茶 ●ヨーグルト ▲みかん ■ルヴァン全粒粉 クラッカー 1枚	●牛乳 おとうふプチケーキ	●牛乳 ▲みかん缶詰 32g ■ひとつくちしょうゆせん 1/2袋	●牛乳 ミートサンドイッチ	●牛乳 ▲ももゼリー ■クラシカル 2枚	▲野菜ジュース 100ml ピザ風肉まん	●牛乳 ▲みかん ■ココアプチクッキー ○ 1/2袋	●牛乳 じゃが揚げもち
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 ●生鮭(冷)角切 40.00 酒 0.50 ▲きゃべつ 10.00 ▲玉ねぎ 10.00 ▲ちんげん菜 10.00 ●赤だしみそ 1.80 ●白みそ 0.80 ■砂糖 0.80 本みりん 0.80 しょうゆ(濃) 0.40 ホイルケース 1枚 ▲ブロッコリー 25.00 本みりん 0.30 しょうゆ(淡) 0.90 だし汁 15.00 ▲大根 20.00 ▲みず菜 3.00 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 ●豆腐(冷) 17.00 ●豆乳(無調整) 5.00 ■砂糖 3.00 ■キャノーラ油 6.00 ホイルケース 1枚 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●豆腐 30.00 ●豚挽肉 25.00 ▲玉ねぎ 30.00 ■キャノーラ油 1.30 だし汁 23.00 ●みそ 4.40 しょうゆ(濃) 1.40 ■砂糖 0.50 酒 2.40 ■かたくり粉 1.50 水 3.00 ■じゃが芋 30.00 ▲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 — ■超熟食パン(10枚切) 1枚 ●牛挽肉 8.00 ●豚挽肉 4.00 ▲玉ねぎ 13.00 ■キャノーラ油 0.18 ■上新粉 0.40 水 6.00 トマトケチャップ 2.40 ウスターソース 0.46 ■砂糖 0.46 ■かたくり粉 0.30 水 0.60 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 40.00 水 60.00 ■干しうどん 30.00 ●鶏もも肉・1×1 20.00 ▲人参 10.00 ▲玉ねぎ 10.00 ▲ちんげん菜 5.00 しょうゆ(濃) 6.50 カレー粉 0.28 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 ●ベーコン 5.00 ●ひじき 2.50 ▲ホールコーン 7.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 1.00 しょうゆ(濃) 1.20 だし汁 5.00 — 手作りおやつ — ■超熟食パン(10枚切) 1枚 ●牛挽肉 8.00 ●豚挽肉 4.00 ▲玉ねぎ 13.00 ■キャノーラ油 0.18 ■上新粉 0.40 水 6.00 トマトケチャップ 2.40 ウスターソース 0.46 ■砂糖 0.46 ■かたくり粉 0.30 水 0.60 	<ul style="list-style-type: none"> ■超熟ロール 1個 ●シーチキン缶 20.00 ■キャノーラ油 0.50 ▲人参 10.00 ▲玉ねぎ 10.00 ■じゃが芋 50.00 ■かたくり粉 1.50 塩 0.20 ■上新粉 3.00 ■なたね揚げ油 9.00 ▲きゃべつ 40.00 ▲春菊 10.00 しょうゆ(濃) 2.10 だし汁 1.80 ■焼ふ 2.00 ●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 ●ぶり(冷)皮なし 32.00 ▲大根 60.00 ▲人参 20.00 水 50.00 しょうゆ(濃) 4.50 本みりん 4.50 酒 3.80 ■砂糖 2.30 ▲土しょうが 1.00 ●豆腐 30.00 ▲小松菜 10.00 ●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 30.00 ▲トマトジュース 25.00 ●鶏挽肉 10.00 ▲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 6.00 ●ピザ用チーズ 3.00 ホイルケース 1枚 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 55.00 水 75.00 塩 0.10 酒 1.80 ●ちりめんじゃこ 2.50 水 5.50 酒 1.60 しょうゆ(濃) 1.60 かぶの葉 5.00 ■さつま芋 30.00 ●豚肉 20.00 ▲小かぶ(葉付き) 30.00 ▲人参 10.00 ▲ねぎ 1.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 ■ビーフン 12.00 ▲ちんげん菜 5.00 ▲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 — 手作りおやつ — ■じゃが芋 25.00 ■白玉だんご粉 15.00 ■砂糖 5.00 水 9.00 ■なたね揚げ油 4.50 塩 少々 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●牛挽肉 20.00 ●豚挽肉 20.00 ▲土しょうが(汁) 0.30 酒 2.00 ■砂糖 2.00 しょうゆ(濃) 2.00 ■ごま油 0.30 ▲ねぎ 1.00 ▲ほうれん草 15.00 ▲人参 15.00 ▲もやし 30.00 ■白ごま 1.00 ■砂糖 1.00 しょうゆ(濃) 3.00 ■ごま油 0.30 ▲大根 20.00 ▲えのきたけ 10.00 ▲みつば 1.00 しょうゆ(淡) 5.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■じゃが芋 25.00 ■白玉だんご粉 15.00 ■砂糖 5.00 水 9.00 ■なたね揚げ油 4.50 塩 少々
<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>【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。</p> <p>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……○</p>								

	11・18(土)	13・27(月)	14(火)	16・30(木)	21(火)	22(水)	24(金)
10時	●牛乳 ■カルシウム入りベビー スティック 2枚	●牛乳 ■畑のクラッカー 5g	●牛乳 ■こんぶあられ 1/2袋	●牛乳 ■ぱりんこ 1枚	●牛乳 ■こんぶあられ 1/2袋	●牛乳 ■ぱりんこ 1袋	●ヤクルト ■水族館のなかまたち 1/2袋
昼	ごはん(しそふりかけ) 焼きそば わかめのスープ	超熟ロール 坦々麺風ラーメン きゃべつの甘酢煮	ごはん(しそふりかけ) 肉だんごのスープ ジャーマンポテト風	ごはん(かつおふりかけ) 鶏肉のマーマレード煮 カレーきんぴら みそ汁	もみじごはん 焼き魚(さば) ひたし みそ汁	ごはん さつま汁 ビーフンのあえもの	ごはん 鶏肉の香味焼 ひたし すまし汁
3時	●牛乳 ▲パイン缶詰 4個 ■ひとくちしょうゆせん 1/2袋	●牛乳 ツナドリア	●牛乳 ▲みかん ■クラシカル 2枚	●牛乳 ▲りんご ■ココアプチクッキー ○ 1/2袋	茶 ●ヨーグルト ▲りんご ■クラシカル 2枚	●牛乳 ▲みかん ■ココアプチクッキー ○ 1/2袋	●牛乳 抹茶蒸しパン
昼と3時(手作りおやつ)の材料と量	<ul style="list-style-type: none"> ■米 40.00 水 60.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.40 ■中華めん(乾) 30.00 ●豚肉 20.00 ▲きゃべつ 25.00 ▲人参 10.00 ▲玉ねぎ 10.00 ■キャノーラ油 2.00 ウスターソース 5.00 トマトケチャップ 2.00 しょうゆ(濃) 1.00 塩 少々 ●ベーコン 5.00 ●わかめ 0.50 ▲干しいたけ 0.30 しょうゆ(淡) 1.20 水 180.00 ブイヨン(無添加) 0.80 	<ul style="list-style-type: none"> ■超熟ロール 1/2個 ■中華めん(乾) 30.00 ●豚挽肉 20.00 ▲人参 5.00 ▲ねぎ 1.50 ■キャノーラ油 0.60 ■砂糖 0.60 しょうゆ(濃) 0.90 ●みそ 0.90 水 180.00 ブイヨン(無添加) 0.90 ■ねりごま 4.50 ■砂糖 0.90 しょうゆ(濃) 2.30 ●みそ 2.30 ▲もやし 10.00 ▲小松菜 5.00 ●焼竹輪 7.50 ▲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 — ■米 12.00 水 18.00 ●シーチキン缶 10.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲ホールコーン 5.00 ■キャノーラ油 0.50 ■マヨドレ 5.00 ●豆乳(無調整) 15.00 ホイルクース 1枚 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.50 ●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 15.00 ▲ねぎ 1.00 しょうゆ(淡) 5.00 水 180.00 けずりぶし 5.50 ■フライドポテト冷 60.00 ▲玉ねぎ 15.00 ■バター 3.00 ●ベーコン 10.00 塩 0.20 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 かつおふりかけ 0.70 ●鶏もも肉皮なし・20gカット 60.00 しょうゆ(濃) 2.50 ■マーマレード 3.60 水 15.00 ▲ごぼう 20.00 ▲人参 10.00 ▲ピーマン 3.00 ■キャノーラ油 1.50 カレー粉 0.10 だし汁 15.00 ■砂糖 1.00 しょうゆ(濃) 1.50 ●ミニ絹厚揚げ 15.00 ▲はくさい 15.00 ▲玉ねぎ 10.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 55.00 水 81.00 ▲人参 15.00 塩 0.40 しょうゆ(濃) 1.20 ●さば・冷・70g 1/2切 少々 塩 少々 ●焼豚 5.00 ▲はくさい 50.00 ▲小松菜 10.00 しょうゆ(濃) 1.00 だし汁 0.70 ■焼ふ 3.00 ▲しめじ 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 ■さつま芋 30.00 ●豚肉 20.00 ▲大根 20.00 ▲人参 10.00 ▲ねぎ 1.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 ■ビーフン 12.00 ▲ほうれん草 5.00 ▲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 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●鶏もも肉・20gカット 60.00 ▲ねぎ 1.00 ●みそ 3.50 本みりん 4.50 ■キャノーラ油 0.40 ▲きゃべつ 40.00 ▲ちんげん菜 10.00 しょうゆ(濃) 2.10 だし汁 1.80 ■焼ふ 2.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲みつば 1.00 しょうゆ(淡) 5.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■小麦粉 20.00 抹茶 0.35 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 ホイルクース 1枚
<p>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 みかん 1/2個</p> <p>*ヨーグルトの時など、組み合わせにより、</p>							
<p>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。</p> <p>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。</p>							