

令和3年6月 献立表

山ノ本こども園

日 (曜日)	14・28日 (月)	1・15・29日 (火)	2・16・30日 (水)	3・17日 (木)	4・18日 (金)	5・19日 (土)	7・21日 (月)	8・22日 (火)	9・23日 (水)	10・24日 (木)	11・25日 (金)	12・26日 (土)																																
昼食	わかめうどん じゃがいもの炒煮	ごはん 白身魚のムニエル キャベツとコーンと にんじんのサラダ かぼちゃと たまねぎのスープ	ごはん 回鍋肉 中華風スープ	ごはん ヒレカツ きゅうりと にんじんのナムル とうふとしめじの すまし汁	ごはん さわらの煮付け 小松菜とにんじんの ごま和え だいこんと 油揚げのみそ汁	ごはん 鶏肉と切干大根の炒煮 小松菜と えのきたけのみそ汁	ごはん 牛肉の香り焼き とうふと わかめのすまし汁	ごはん 豚肉と厚揚げの 炒め物 ちんげん菜と たまねぎのみそ汁	食パン 鶏肉の トマトソース煮 和風サラダ	ごはん けんちん汁 きゅうりと お揚げの酢の物	ごはん さばの塩焼き ちんげん菜と にんじんの浸し 油揚げと しめじのみそ汁	カレースパゲティ 野菜スープ																																
	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児																				
	ゆでうどん 鶏肉(細切れ) にんじん 干わかめ 青ねぎ 薄口しょうゆ だしこんぶ 削り節 水	100 150 30.0 35.0 10.0 15.0 0.8 1.0 2.0 3.0 4.0 6.0 0.8 1.0 1.0 1.5 130 170	米 白身魚 食塩 片栗粉 たまねぎ キャベツ コーン缶 にんじん 油 酢 食塩 かぼちゃ たまねぎ スープの素 コーン缶 薄口しょうゆ 水	40.0 50.0 0.1 0.2 3.0 4.0 16.0 25.0 17.0 25.5 7.0 10.0 4.8 6.8 3.0 3.5 2.0 2.5 0.1 0.2 30.0 36.0 9.4 14.1 0.8 1.0 0.8 1.0 100 140	米 豚肉 キャベツ にんじん たまねぎ ピーマン 油 ケチャップ ウスターソース スープの素 みそ 酒 濃口しょうゆ みりん 砂糖 油揚げ 濃口しょうゆ ごま油 絹ごし豆腐 しめじ みつば 薄口しょうゆ だしこんぶ 削り節 水	40.0 50.0 23.0 35.0 13.0 20.0 16.0 25.0 10.0 15.0 0.7 1.0 0.7 1.0 1.5 2.0 25.0 35.0 6.8 9.7 0.8 1.2 0.5 0.8 1.0 1.5 0.5 0.8 1.0 1.5 30.0 40.0 6.3 9.0 2.0 3.0 2.5 3.5 0.8 1.0 1.0 1.5 100 140	米 さわら 砂糖 濃口しょうゆ 水 小松菜 にんじん 白ごま 濃口しょうゆ きゅうり にんじん 酢 砂糖 油揚げ 青ねぎ みそ だしこんぶ 削り節 水 だいこん 油揚げ ごま油 絹ごし豆腐 しめじ みつば 薄口しょうゆ だしこんぶ 削り節 水	40.0 50.0 1.5 2.0 2.0 3.0 0.0 0.0 30.0 34.0 7.0 10.0 1.2 1.5 0.7 1.0 18.0 27.0 5.9 8.5 4.5 6.0 0.8 1.0 1.0 1.5 100 140	米 鶏肉(細切れ) 切干大根 にんじん 油 砂糖 薄口しょうゆ だしこんぶ 削り節 水 みりん 油 絹ごし豆腐 干わかめ 薄口しょうゆ だしこんぶ 削り節 水	40.0 50.0 18.0 27.0 32.9 42.3 6.8 8.5 14.6 19.4 0.1 0.2 0.1 0.2 3.0 3.5 1.5 2.0 0.7 1.0 30.0 40.0 0.2 0.3 2.5 3.5 0.8 1.0 1.0 1.5 100 140	米 豚肉 酒 しょうが にんじん にんにく しょうが 濃口しょうゆ みりん 油 濃口しょうゆ スープの素 水 ひじき きゅうり 油 にんじん 油 酢 濃口しょうゆ 牛乳	40.0 50.0 0.5 0.6 0.5 0.6 10.0 15.0 23.0 23.0 9.0 13.0 15.0 20.0 19.0 30.0 7.0 8.5 0.7 1.0 2.0 2.5 0.7 1.0 40 60 2.0 3.0 3.0 3.5 2.0 2.5 15.0 17.0 4.5 6.0 0.8 1.0 1.0 1.5 100 140	食パン たまねぎ じゃがいも にんじん ごぼう にんにく カットマト缶 ケチャップ スープの素 油 砂糖 水	40.0 60.0 30.0 38.0 45.0 60.0 10.0 15.0 0.3 0.6 20.0 30.0 4.0 6.0 0.8 1.0 0.7 1.0 0.4 0.5 0.0 0.0	米 鶏肉(細切れ) にんじん ごぼう 糸こんにゃく じゃがいも 青ねぎ 薄口しょうゆ だしこんぶ 削り節 水	40.0 50.0 9.7 14.6 4.5 6.3 7.0 10.0 18.0 27.0 1.9 2.8 2.5 3.5 0.8 1.0 1.0 1.5 100 140	さば 食塩 だいこん ちんげん菜 にんじん 花かつお 濃口しょうゆ 油揚げ しめじ みそ だしこんぶ 削り節 水	40.0 50.0 0.1 0.2 18.0 27.0 6.8 9.7 0.5 0.7 0.7 1.0 12.0 12.0 6.5 9.0 4.5 6.0 0.8 1.0 1.0 1.5 100 140	スパゲティ 油 豚肉 たまねぎ にんじん ピーマン 油 スープの素 カレー粉 食塩 水 キャベツ にんじん スープの素 薄口しょうゆ 水	30.0 45.0 20.0 25.0 18.8 23.5 6.8 9.7 4.3 5.9 5.0 7.0 0.2 0.3 30.0 40.0 3.0 4.0 0.2 0.3 100 140	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児
	おやつ	牛乳 抹茶もちもちパン	牛乳 ネーブルオレンジ	牛乳 2・16日 ういろう 30日 水無月	牛乳 クラッカーサンド	牛乳 あじさいゼリー	牛乳 じゃがいものオープン焼き	牛乳 ミルクずもち	牛乳 おから米粉ケーキ	お茶 タヤけごはんおにぎり	牛乳 パナナパイ	牛乳 チヂミ	牛乳 マカロニのきな粉和え																															
		材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児																			
		牛乳 白玉粉 豆乳 砂糖 油 抹茶	100 120 18.0 20.0 18.0 18.0 4.0 5.0 1.5 2.0 0.2	牛乳 ネーブルオレンジ	100 120 42.0 60.0	牛乳 小麦粉 砂糖 水	100 120 15.0 15.0 10.0 10.0 33.0 33.0	牛乳 クラッカー いちごジャム 棒かんでん 水 砂糖 100%ぶどうJ 棒かんでん 水 砂糖 100%りんごJ	100 120 54.0 63.0 2.0 2.5 1.5 2.0 20.0 20.0 0.5 0.5 15.0 15.0 3.5 3.5 20.0 20.0	牛乳 片栗粉 牛乳 きな粉 砂糖 黒砂糖 水	100 120 8.0 10.0 40.0 50.0 3.0 3.0 3.0 4.0 3.0 4.0 3.0 4.0	牛乳 米粉 おから ココア(ビュアココア) ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖	100 120 12.0 15.0 10.0 10.0 0.5 0.6 0.8 1.2 20.0 25.0 4.0 6.0 6.0 8.0	お茶 米 にんじん だしこんぶ 削り節 薄口しょうゆ	100 120 25.0 30.0 4.8 6.8 0.8 1.0 1.0 1.5 2.0 2.5	牛乳 バナナ パイシート	100 120 20.0 25.0 15.0 18.0	牛乳 小麦粉 米粉(上新粉) クリームコーン缶 ごま油 水 油 濃口しょうゆ 酢 ごま油	100 120 12.0 12.0 6.0 6.0 6.0 6.0 4.8 4.8 0.6 0.6 30.0 30.0 1.0 1.0 1.0 1.0 0.3 0.3	牛乳 マカロニ きな粉 砂糖	100 120 10.0 15.0 4.0 5.0 2.0 3.0																							
		30日(水)			小麦粉 砂糖 水 甘納豆	15.0 15.0 10.0 10.0 33.0 33.0 10.0 10.0																																						

