

2019年06月 献立表

山ノ本保育園

日 (曜日)	10・24日 (月)	11・25日 (火)	12・26日 (水)	13・27日 (木)	14・28日 (金)	1・15・29日 (土)	3・17日 (月)	4・18日 (火)	5・19日 (水)	6・20日 (木)	7・21日 (金)	8・22日 (土)																																			
昼食	ごはん 高野豆腐の炊き合わせ ちんげん菜と えのきたけのみそ汁	ごはん さけの塩焼き きゅうりともやしと にんじんの甘酢あえ だいこんとしめじのみそ汁	ごはん 豚肉の竜田揚げ 小松菜とにんじんの おおかか和え ふとわかめのすまし汁	パン 白身魚のムニエル キャベツときゅうりと ハムのサラダ かぼちゃたまねぎのスープ	ごはん 牛肉のしぐれ煮 とうふとわかめの すまし汁	カチャトレ風 スパゲティ 野菜スープ	ごはん タンドリーチキン キャベツと にんじんの浸し 小松菜と油揚げのみそ汁	ごはん とうふハンバーグ きゅうりとにんじんと ツナのサラダ じゃがいもたまねぎのみそ汁	五目汁そば ちんげん菜と にんじんのナムル	ごはん 牛肉の香り焼き えのきたけわかめの すまし汁	ごはん さばのみそ煮 小松菜ともやしの ごま和え とうふとしめじのみそ汁	ごはん 鶏肉と切干大根の炒煮 さつまいもと たまねぎのみそ汁																																			
	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																							
	米	40.0 50.0	米	40.0 50.0	米	40.0 50.0	パン	40.0 60.0	米	40.0 50.0	スパゲティ	30.0 45.0	米	40.0 50.0	米	40.0 50.0	ゆで中華そば	100.0 130.0	豚肉	20.0 25.0	えび(むき)	8.0 10.0	牛肉	25.0 35.0	さば	40.0 50.0	鶏肉(細切れ)	20.0 25.0																			
	鶏肉(細切れ)	25.0 30.0	生さけ	40.0 50.0	濃口しょうゆ	0.8 1.0	酒	0.4 0.5	しょうが	0.3 0.4	片栗粉	6.0 8.0	揚げ油	1.2 1.6	キャベツ	21.3 25.5	きゅうり	9.8 14.7	ローズハム	10.0 15.0	マヨネーズ	5.0 7.0	花かつお	0.5 0.7	薄口しょうゆ	0.7 1.0	かぼちゃ	27.0 36.0	たまねぎ	9.4 14.1	スープの素	1.0 1.2	薄口しょうゆ	1.0 1.2	とうふ	20.0 30.0	干わかめ	0.2 0.3	薄口しょうゆ	3.5 5.0	だしこんぶ	0.8 1.0	薄口しょうゆ	0.8 1.0	牛乳	100.0 120.0	水

おやつ	牛乳 バイクドチーズケーキ	牛乳 みたらしだんご	牛乳 オレンジ	お茶 ひじきごはん おにぎり	牛乳 水無月	牛乳 じゃがいもの オープン焼き	牛乳 バナナ	牛乳 クラッカーサンド	牛乳 米粉抹茶ケーキ	牛乳 おさつパンケーキ	牛乳 コーンお焼き	牛乳 マカロニのきな粉あえ																																															
	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																																					
	牛乳	100 120	牛乳	100 120	牛乳	100 120	お茶	100 120	牛乳	100 120	牛乳	100 120	牛乳	100 120	バナナ	60.0 90.0	クラッカー	15.0 15.0	いちごジャム	8.0 8.0	米粉	15.0 20.0	ベークンクパウダー	0.8 1.0	抹茶	0.1 0.2	豆乳	15.0 20.0	砂糖	5.5 7.5	油	3.0 4.0	米粉(上新粉)	8.0 10.0	さつまいも	23.0 27.0	ベークンクパウダー	0.3 0.5	砂糖	3.0 5.0	油	0.5 0.8	豆乳	14.0 17.0	油	0.7 1.0	小麦粉	15.0 20.0	キャベツ	12.8 17.0	卵	6.8 9.4	牛乳	15.0 20.0	クリームコーン缶	7.0 10.0	油	1.5 2.0	トンカツソース

事務所前にレシピカードをご用意しております！
ご自由にお持ち帰り下さい。

