

令和3年5月 高槻市立保育所給食献立表

	1(土)	6・20(木)	7・21(金)	8・22(土)	10・24(月)	11・18(火)	12・26(水)	13・27(木)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
10時	●牛乳● ■ 畑のクラッカー 5g	●牛乳● ■ ふわふわチップ (にんじん味) 3g	●牛乳● ■ おこめリング 5個	●牛乳● ■ 畑のクラッカー 5g	●牛乳● ■ ミニミレービスケット 2枚	●牛乳● ■ ベビーせんべい 1枚	●牛乳● ■ ミニどうぶつビスケット 2個	●牛乳● ■ ふわふわチップ (にんじん味) 3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
昼	ごはん 磯うどん ちんげん菜の いため物	ごはん(しそふりかけ) 鶏肉の マーマレード煮 煮びたし みそ汁	ごはん トマトカレースープ 牛肉とごぼうの やわらか煮	ごはん 肉じゃが みそ汁	丸ロール かやくうどん はくさいと豚肉の オイマヨいため	ロールパン 白身魚の ケチャップあん みそ汁	ごはん 根菜と肉の韓国風煮 みそ汁	ごはん(しそふりかけ) 肉だんごのスープ ひじきのいため煮 ヨーグルト																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
3時	●牛乳● ▲ パイン缶詰低糖 6・4個 ■ ぱりんこ(しお味) 2・1袋	●牛乳● ▲ みかんゼリー ■ ミニのりすけ 1・1袋	●牛乳● ■ コーンとハムの パンケーキ	●牛乳● ▲ デコポン缶詰 2・2個 ■ ぱりんこ(しお味) 2・1袋	●牛乳● ■ ミニアメリカドック	茶 ●ヨーグルト● ▲ 甘夏 ■ ひじきあられ 10・8g	●牛乳● ■ よもぎ蒸しパン	●牛乳● ▲ メロン ■ ミニのりすけ 1・1袋																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
	<table border="0"> <tr><td>■ 米</td><td>40.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>60.00</td></tr> <tr><td>■ 干しうどん</td><td>30.00</td></tr> <tr><td>● 豚肉</td><td>20.00</td></tr> <tr><td>▲ 玉ねぎ</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>● わかめ</td><td>0.50</td></tr> <tr><td>■ 砂糖</td><td>0.60</td></tr> <tr><td>本みりん</td><td>1.00</td></tr> <tr><td>しょうゆ(淡)</td><td>6.00</td></tr> <tr><td>▲ ねぎ</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>180.00</td></tr> <tr><td>だし昆布</td><td>0.30</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>5.50</td></tr> <tr><td>● ロースハム</td><td>5.00</td></tr> <tr><td>▲ 玉ねぎ</td><td>20.00</td></tr> <tr><td>▲ 人参</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>▲ ちんげん菜</td><td>40.00</td></tr> <tr><td>▲ ホールコーン(冷)</td><td>5.00</td></tr> <tr><td>■ キャノーラ油</td><td>1.00</td></tr> <tr><td>■ 砂糖</td><td>0.75</td></tr> <tr><td>しょうゆ(濃)</td><td>1.50</td></tr> </table>	■ 米	40.00	水	60.00	■ 干しうどん	30.00	● 豚肉	20.00	▲ 玉ねぎ	10.00	● わかめ	0.50	■ 砂糖	0.60	本みりん	1.00	しょうゆ(淡)	6.00	▲ ねぎ	2.00	水	180.00	だし昆布	0.30	けずりぶし	5.50	● ロースハム	5.00	▲ 玉ねぎ	20.00	▲ 人参	10.00	▲ ちんげん菜	40.00	▲ ホールコーン(冷)	5.00	■ キャノーラ油	1.00	■ 砂糖	0.75	しょうゆ(濃)	1.50	<table border="0"> <tr><td>■ 米</td><td>60.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>90.00</td></tr> <tr><td>ゆかり(国産赤しそ)</td><td>0.70</td></tr> <tr><td>● 鶏もも肉</td><td>60.00</td></tr> <tr><td>しょうゆ(濃)</td><td>2.50</td></tr> <tr><td>■ マーマレード</td><td>3.60</td></tr> <tr><td>水</td><td>15.00</td></tr> <tr><td>▲ きゃべつ</td><td>40.00</td></tr> <tr><td>▲ 人参</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>■ 砂糖</td><td>0.20</td></tr> <tr><td>しょうゆ(濃)</td><td>1.50</td></tr> <tr><td>だし汁</td><td>12.00</td></tr> <tr><td>■ さつま芋</td><td>40.00</td></tr> <tr><td>▲ 玉ねぎ</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>● わかめ</td><td>0.50</td></tr> <tr><td>● みそ</td><td>6.50</td></tr> <tr><td>水</td><td>180.00</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>5.50</td></tr> </table>	■ 米	60.00	水	90.00	ゆかり(国産赤しそ)	0.70	● 鶏もも肉	60.00	しょうゆ(濃)	2.50	■ マーマレード	3.60	水	15.00	▲ きゃべつ	40.00	▲ 人参	10.00	■ 砂糖	0.20	しょうゆ(濃)	1.50	だし汁	12.00	■ さつま芋	40.00	▲ 玉ねぎ	10.00	● わかめ	0.50	● みそ	6.50	水	180.00	けずりぶし	5.50	<table border="0"> <tr><td>■ 米</td><td>60.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>90.00</td></tr> <tr><td>● 豚肉</td><td>20.00</td></tr> <tr><td>▲ 玉ねぎ</td><td>45.00</td></tr> <tr><td>▲ 人参</td><td>25.00</td></tr> <tr><td>■ キャノーラ油</td><td>1.00</td></tr> <tr><td>▲ カットトマト</td><td>30.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>180.00</td></tr> <tr><td>▲ おろしりんご缶詰</td><td>7.00</td></tr> <tr><td>カレールー</td><td>15.00</td></tr> <tr><td>● 牛肉</td><td>20.00</td></tr> <tr><td>▲ 新ごぼう</td><td>25.00</td></tr> <tr><td>糸こんにゃく</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>60.00</td></tr> <tr><td>酒</td><td>5.00</td></tr> <tr><td>■ 砂糖</td><td>1.10</td></tr> <tr><td>しょうゆ(濃)</td><td>3.00</td></tr> <tr><td>▲ ちんげん菜</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>一手作りおやつ</td><td>—</td></tr> <tr><td>■ ケーキミックス粉</td><td>20.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>15.00</td></tr> <tr><td>▲ ホールコーン(冷)</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>● ロースハム</td><td>6.00</td></tr> <tr><td>■ キャノーラ油</td><td>1.00</td></tr> </table>	■ 米	60.00	水	90.00	● 豚肉	20.00	▲ 玉ねぎ	45.00	▲ 人参	25.00	■ キャノーラ油	1.00	▲ カットトマト	30.00	水	180.00	▲ おろしりんご缶詰	7.00	カレールー	15.00	● 牛肉	20.00	▲ 新ごぼう	25.00	糸こんにゃく	10.00	水	60.00	酒	5.00	■ 砂糖	1.10	しょうゆ(濃)	3.00	▲ ちんげん菜	10.00	一手作りおやつ	—	■ ケーキミックス粉	20.00	水	15.00	▲ ホールコーン(冷)	10.00	● ロースハム	6.00	■ キャノーラ油	1.00	<table border="0"> <tr><td>■ 米</td><td>60.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>90.00</td></tr> <tr><td>● 牛肉</td><td>20.00</td></tr> <tr><td>■ じゃが芋</td><td>60.00</td></tr> <tr><td>▲ 玉ねぎ</td><td>20.00</td></tr> <tr><td>▲ 人参</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>■ 砂糖</td><td>3.60</td></tr> <tr><td>しょうゆ(濃)</td><td>2.30</td></tr> <tr><td>しょうゆ(淡)</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>だし汁</td><td>30.00</td></tr> <tr><td>▲ グリンピース(冷)</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>■ そうめん</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>▲ 小松菜</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>● みそ</td><td>7.50</td></tr> <tr><td>水</td><td>180.00</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>5.50</td></tr> <tr><td>一手作りおやつ</td><td>—</td></tr> <tr><td>● ポークウィンナー</td><td>2・2本</td></tr> <tr><td>■ ケーキミックス粉</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>— 衣 —</td><td>—</td></tr> <tr><td>■ ケーキミックス粉</td><td>15.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>7.50</td></tr> <tr><td>■ なたね揚げ油</td><td>3.40</td></tr> </table>	■ 米	60.00	水	90.00	● 牛肉	20.00	■ じゃが芋	60.00	▲ 玉ねぎ	20.00	▲ 人参	10.00	■ 砂糖	3.60	しょうゆ(濃)	2.30	しょうゆ(淡)	2.00	だし汁	30.00	▲ グリンピース(冷)	2.00	■ そうめん	10.00	▲ 小松菜	10.00	● みそ	7.50	水	180.00	けずりぶし	5.50	一手作りおやつ	—	● ポークウィンナー	2・2本	■ ケーキミックス粉	2.00	— 衣 —	—	■ ケーキミックス粉	15.00	水	7.50	■ なたね揚げ油	3.40	<table border="0"> <tr><td>■ 丸ロール●</td><td>—</td></tr> <tr><td>■ 干しうどん</td><td>30.00</td></tr> <tr><td>● 鶏もも肉</td><td>20.00</td></tr> <tr><td>▲ 玉ねぎ</td><td>15.00</td></tr> <tr><td>▲ ねぎ</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>しょうゆ(淡)</td><td>3.00</td></tr> <tr><td>しょうゆ(濃)</td><td>4.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>180.00</td></tr> <tr><td>だし昆布</td><td>0.30</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>5.50</td></tr> <tr><td>● 豚肉</td><td>15.00</td></tr> <tr><td>▲ はくさい</td><td>50.00</td></tr> <tr><td>▲ 玉ねぎ</td><td>15.00</td></tr> <tr><td>▲ 人参</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>■ キャノーラ油</td><td>1.00</td></tr> <tr><td>オイスターソース</td><td>3.00</td></tr> <tr><td>■ マヨドレ</td><td>1.50</td></tr> <tr><td>本みりん</td><td>1.50</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1.20</td></tr> <tr><td>塩</td><td>少々</td></tr> <tr><td>一手作りおやつ</td><td>—</td></tr> <tr><td>● ベーコン</td><td>5.00</td></tr> <tr><td>▲ きゃべつ</td><td>20.00</td></tr> <tr><td>● みそ</td><td>6.70</td></tr> <tr><td>水</td><td>180.00</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>5.50</td></tr> </table>	■ 丸ロール●	—	■ 干しうどん	30.00	● 鶏もも肉	20.00	▲ 玉ねぎ	15.00	▲ ねぎ	2.00	しょうゆ(淡)	3.00	しょうゆ(濃)	4.00	水	180.00	だし昆布	0.30	けずりぶし	5.50	● 豚肉	15.00	▲ はくさい	50.00	▲ 玉ねぎ	15.00	▲ 人参	10.00	■ キャノーラ油	1.00	オイスターソース	3.00	■ マヨドレ	1.50	本みりん	1.50	酒	1.20	塩	少々	一手作りおやつ	—	● ベーコン	5.00	▲ きゃべつ	20.00	● みそ	6.70	水	180.00	けずりぶし	5.50	<table border="0"> <tr><td>■ ロールパン●</td><td>—</td></tr> <tr><td>● カラスカレイ・冷</td><td>50.00</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.10</td></tr> <tr><td>■ かたくり粉</td><td>3.00</td></tr> <tr><td>■ なたね揚げ油</td><td>5.00</td></tr> <tr><td>■ フライドポテト冷</td><td>30.00</td></tr> <tr><td>■ なたね揚げ油</td><td>3.00</td></tr> <tr><td>▲ 人参</td><td>15.00</td></tr> <tr><td>▲ ビーマン</td><td>5.00</td></tr> <tr><td>▲ たけのこ(水煮)</td><td>5.00</td></tr> <tr><td>▲ 玉ねぎ</td><td>25.00</td></tr> <tr><td>■ キャノーラ油</td><td>少々</td></tr> <tr><td>米酢</td><td>2.50</td></tr> <tr><td>■ 砂糖</td><td>3.40</td></tr> <tr><td>しょうゆ(濃)</td><td>0.85</td></tr> <tr><td>ウスターソース</td><td>1.70</td></tr> <tr><td>トマトケチャップ</td><td>3.40</td></tr> <tr><td>水</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>■ かたくり粉</td><td>0.85</td></tr> <tr><td>水</td><td>1.70</td></tr> <tr><td>● ベーコン</td><td>5.00</td></tr> <tr><td>▲ きゃべつ</td><td>20.00</td></tr> <tr><td>● みそ</td><td>6.70</td></tr> <tr><td>水</td><td>180.00</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>5.50</td></tr> </table>	■ ロールパン●	—	● カラスカレイ・冷	50.00	塩	0.10	■ かたくり粉	3.00	■ なたね揚げ油	5.00	■ フライドポテト冷	30.00	■ なたね揚げ油	3.00	▲ 人参	15.00	▲ ビーマン	5.00	▲ たけのこ(水煮)	5.00	▲ 玉ねぎ	25.00	■ キャノーラ油	少々	米酢	2.50	■ 砂糖	3.40	しょうゆ(濃)	0.85	ウスターソース	1.70	トマトケチャップ	3.40	水	10.00	■ かたくり粉	0.85	水	1.70	● ベーコン	5.00	▲ きゃべつ	20.00	● みそ	6.70	水	180.00	けずりぶし	5.50	<table border="0"> <tr><td>■ 米</td><td>60.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>90.00</td></tr> <tr><td>ゆかり(国産赤しそ)</td><td>0.70</td></tr> <tr><td>● 牛肉</td><td>25.00</td></tr> <tr><td>▲ ねぎ</td><td>1.00</td></tr> <tr><td>▲ 土しょうが</td><td>0.50</td></tr> <tr><td>しょうゆ(濃)</td><td>4.70</td></tr> <tr><td>■ 砂糖</td><td>2.60</td></tr> <tr><td>■ キャノーラ油</td><td>1.50</td></tr> <tr><td>▲ 大根</td><td>25.00</td></tr> <tr><td>▲ 人参</td><td>20.00</td></tr> <tr><td>▲ れんこん</td><td>5.00</td></tr> <tr><td>▲ 新ごぼう</td><td>15.00</td></tr> <tr><td>▲ 干しいたけ</td><td>1.00</td></tr> <tr><td>だし汁</td><td>30.00</td></tr> <tr><td>▲ グリンピース(冷)</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>▲ 小松菜</td><td>15.00</td></tr> <tr><td>■ 焼ふ</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>● みそ</td><td>7.50</td></tr> <tr><td>水</td><td>180.00</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>5.50</td></tr> <tr><td>一手作りおやつ</td><td>—</td></tr> <tr><td>■ ケーキミックス粉</td><td>30.00</td></tr> <tr><td>よもぎ粉</td><td>0.35</td></tr> <tr><td>■ 砂糖</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>20.00</td></tr> <tr><td>ホイルクース</td><td>1枚</td></tr> </table>	■ 米	60.00	水	90.00	ゆかり(国産赤しそ)	0.70	● 牛肉	25.00	▲ ねぎ	1.00	▲ 土しょうが	0.50	しょうゆ(濃)	4.70	■ 砂糖	2.60	■ キャノーラ油	1.50	▲ 大根	25.00	▲ 人参	20.00	▲ れんこん	5.00	▲ 新ごぼう	15.00	▲ 干しいたけ	1.00	だし汁	30.00	▲ グリンピース(冷)	2.00	▲ 小松菜	15.00	■ 焼ふ	2.00	● みそ	7.50	水	180.00	けずりぶし	5.50	一手作りおやつ	—	■ ケーキミックス粉	30.00	よもぎ粉	0.35	■ 砂糖	2.00	水	20.00	ホイルクース	1枚	<table border="0"> <tr><td>■ 米</td><td>60.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>90.00</td></tr> <tr><td>ゆかり(国産赤しそ)</td><td>0.70</td></tr> <tr><td>● 豚挽肉</td><td>30.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>1.00</td></tr> <tr><td>しょうゆ(淡)</td><td>0.50</td></tr> <tr><td>■ かたくり粉</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>■ はるさめ</td><td>3.00</td></tr> <tr><td>▲ 人参</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>▲ はくさい</td><td>25.00</td></tr> <tr><td>▲ ねぎ</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>しょうゆ(淡)</td><td>5.00</td></tr> <tr><td>水</td><td>180.00</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>5.50</td></tr> <tr><td>● ひじき</td><td>2.50</td></tr> <tr><td>● 大豆(缶)ドライ</td><td>5.00</td></tr> <tr><td>● 焼竹輪(冷)</td><td>3.00</td></tr> <tr><td>● 油揚げ(冷)</td><td>3.00</td></tr> <tr><td>▲ 人参</td><td>10.00</td></tr> <tr><td>▲ れんこん</td><td>5.00</td></tr> <tr><td>■ キャノーラ油</td><td>0.90</td></tr> <tr><td>■ 砂糖</td><td>2.40</td></tr> <tr><td>しょうゆ(濃)</td><td>2.50</td></tr> <tr><td>だし汁</td><td>25.00</td></tr> <tr><td>● プルーンヨーグルト●</td><td>1・1個</td></tr> </table>	■ 米	60.00	水	90.00	ゆかり(国産赤しそ)	0.70	● 豚挽肉	30.00	水	1.00	しょうゆ(淡)	0.50	■ かたくり粉	2.00	■ はるさめ	3.00	▲ 人参	10.00	▲ はくさい	25.00	▲ ねぎ	2.00	しょうゆ(淡)	5.00	水	180.00	けずりぶし	5.50	● ひじき	2.50	● 大豆(缶)ドライ	5.00	● 焼竹輪(冷)	3.00	● 油揚げ(冷)	3.00	▲ 人参	10.00	▲ れんこん	5.00	■ キャノーラ油	0.90	■ 砂糖	2.40	しょうゆ(濃)	2.50	だし汁	25.00	● プルーンヨーグルト●	1・1個
■ 米	40.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	60.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 干しうどん	30.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● 豚肉	20.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 玉ねぎ	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● わかめ	0.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 砂糖	0.60																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
本みりん	1.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(淡)	6.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ ねぎ	2.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	180.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
だし昆布	0.30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
けずりぶし	5.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● ロースハム	5.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 玉ねぎ	20.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 人参	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ ちんげん菜	40.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ ホールコーン(冷)	5.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ キャノーラ油	1.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 砂糖	0.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(濃)	1.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 米	60.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	90.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
ゆかり(国産赤しそ)	0.70																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● 鶏もも肉	60.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(濃)	2.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ マーマレード	3.60																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	15.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ きゃべつ	40.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 人参	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 砂糖	0.20																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(濃)	1.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
だし汁	12.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ さつま芋	40.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 玉ねぎ	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● わかめ	0.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● みそ	6.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	180.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
けずりぶし	5.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 米	60.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	90.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● 豚肉	20.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 玉ねぎ	45.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 人参	25.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ キャノーラ油	1.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ カットトマト	30.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	180.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ おろしりんご缶詰	7.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
カレールー	15.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● 牛肉	20.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 新ごぼう	25.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
糸こんにゃく	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	60.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
酒	5.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 砂糖	1.10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(濃)	3.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ ちんげん菜	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
一手作りおやつ	—																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ ケーキミックス粉	20.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	15.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ ホールコーン(冷)	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● ロースハム	6.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ キャノーラ油	1.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 米	60.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	90.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● 牛肉	20.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ じゃが芋	60.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 玉ねぎ	20.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 人参	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 砂糖	3.60																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(濃)	2.30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(淡)	2.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
だし汁	30.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ グリンピース(冷)	2.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ そうめん	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 小松菜	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● みそ	7.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	180.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
けずりぶし	5.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
一手作りおやつ	—																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● ポークウィンナー	2・2本																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ ケーキミックス粉	2.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
— 衣 —	—																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ ケーキミックス粉	15.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	7.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ なたね揚げ油	3.40																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 丸ロール●	—																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 干しうどん	30.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● 鶏もも肉	20.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 玉ねぎ	15.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ ねぎ	2.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(淡)	3.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(濃)	4.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	180.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
だし昆布	0.30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
けずりぶし	5.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● 豚肉	15.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ はくさい	50.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 玉ねぎ	15.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 人参	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ キャノーラ油	1.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
オイスターソース	3.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ マヨドレ	1.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
本みりん	1.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
酒	1.20																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
塩	少々																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
一手作りおやつ	—																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● ベーコン	5.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ きゃべつ	20.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● みそ	6.70																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	180.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
けずりぶし	5.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ ロールパン●	—																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● カラスカレイ・冷	50.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
塩	0.10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ かたくり粉	3.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ なたね揚げ油	5.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ フライドポテト冷	30.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ なたね揚げ油	3.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 人参	15.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ ビーマン	5.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ たけのこ(水煮)	5.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 玉ねぎ	25.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ キャノーラ油	少々																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
米酢	2.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 砂糖	3.40																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(濃)	0.85																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
ウスターソース	1.70																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
トマトケチャップ	3.40																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ かたくり粉	0.85																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	1.70																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● ベーコン	5.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ きゃべつ	20.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● みそ	6.70																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	180.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
けずりぶし	5.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 米	60.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	90.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
ゆかり(国産赤しそ)	0.70																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● 牛肉	25.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ ねぎ	1.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 土しょうが	0.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(濃)	4.70																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 砂糖	2.60																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ キャノーラ油	1.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 大根	25.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 人参	20.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ れんこん	5.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 新ごぼう	15.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 干しいたけ	1.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
だし汁	30.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ グリンピース(冷)	2.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 小松菜	15.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 焼ふ	2.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● みそ	7.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	180.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
けずりぶし	5.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
一手作りおやつ	—																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ ケーキミックス粉	30.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
よもぎ粉	0.35																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 砂糖	2.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	20.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
ホイルクース	1枚																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 米	60.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	90.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
ゆかり(国産赤しそ)	0.70																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● 豚挽肉	30.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	1.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(淡)	0.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ かたくり粉	2.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ はるさめ	3.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 人参	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ はくさい	25.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ ねぎ	2.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(淡)	5.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
水	180.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
けずりぶし	5.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● ひじき	2.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● 大豆(缶)ドライ	5.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● 焼竹輪(冷)	3.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● 油揚げ(冷)	3.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ 人参	10.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
▲ れんこん	5.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ キャノーラ油	0.90																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
■ 砂糖	2.40																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
しょうゆ(濃)	2.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
だし汁	25.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
● プルーンヨーグルト●	1・1個																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	

(施設での一人当たりの栄養量)

	0~2歳児		3~5歳児	
	目標	平均	目標	平均
エネルギー Kcal	475	539	575	598
たんぱく質 g	15.3~23.6	20.1	18.7~28.7	21.8
脂質 g	10.5~15.7	16.8	12.8~19.2	17.2
カルシウム mg	220	305	260	272
鉄 mg	2.2	2.1	2.4	2.6
ビタミンA μgRAE	200	194	220	206
ビタミンB1 mg	0.25	0.32	0.31	0.36
ビタミンB2 mg	0.29	0.43	0.35	0.41
ビタミンC mg	20	29	22	34
食塩相当量 g	1.5未満	2.0	1.6未満	2.3
カリウム mg	—	801	606以上	854
食物繊維 g	—	3.0	3.5以上	3.9

10時は0~2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……0~2歳児100ml
・3時……3~5歳児170ml・0~2歳児100mlです。
3時のヨーグルト・ゼリーは、3~5歳児・0~2歳児とも1個です。

昼の主食は
・パンの量……3~5歳児50g・0~2歳児40g
(ただし麺類の時は量を減らしています)

【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……○
乳を含む食品……●

	14(金)	15(土)	17(月)	19(水)	25(火)	28(金)	29(土)	31(月)
10時	●牛乳● ■おこめリング 5個	●牛乳● ■畑のクラッカー 5g	●牛乳● ■ミニミレービスケット 2枚	●牛乳● ■ミニどうぶつビスケット 2個	●牛乳● ■ペビーせんべい 1枚	●牛乳● ■おこめリング 5個	●牛乳● ■畑のクラッカー 5g	●牛乳● ■ミニミレービスケット 2枚
昼	豆ごはん 白身魚の梅焼 煮びたし みそ汁	ごはん(しそふりかけ) ポークビーンズ みそ汁	山形パン 焼きそば すまし汁	ごはん 肉の甘みそいため 粉ふき芋 (3~5歳児) ゆでスナップえんどう すまし汁	ごはん 揚げ出し豆腐 煮びたし みそ汁	ごはん 白身魚の梅焼 煮びたし みそ汁	ごはん(しそふりかけ) 焼きそば すまし汁	イエローロール 磯うどん ちんげん菜の いため物
3時	●牛乳● ミートサンドイッチ		●牛乳● りんごの ソフトクッキー	●牛乳● カレー蒸しパン	●牛乳● ▲マスカットゼリー ■ひじきあられ 10・8g	●牛乳● ミートサンドイッチ	●牛乳● ▲みかん缶詰 40・32g ■ぱりんこ(しお味) 2・1袋	●牛乳● りんごの ソフトクッキー
	<ul style="list-style-type: none"> ■米 55.00 水 82.50 塩 0.50 ▲グリーンピース(生) 10.00 ●カラスカレイ・冷60g 1・1切 ●みそ 0.80 ▲梅肉 1.00 ■本みりん 0.80 酒 1.00 ■砂糖 0.50 ■キャノーラ油 適量 ▲きゃべつ 40.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.50 だし汁 12.00 ▲切干大根 3.00 ▲ちんげん菜 5.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 —手作りおやつ— ■食パン●(10枚切) 1・1/2枚 ●牛挽肉 12.00 ▲玉ねぎ 16.00 ■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 ゆかり(国産赤しそ) 0.50 ●大豆(缶)ドライ 10.00 ●豚肉 20.00 ■じゃが芋 40.00 ▲人参 20.00 ▲玉ねぎ 30.00 ■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 ■砂糖 2.00 しょうゆ(濃) 1.70 トマトケチャップ 8.50 ウスターソース 1.70 ▲はくさい 20.00 ●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"> ■山形ハニーロール● ●中華めん(乾) 30.00 ●豚肉 20.00 ▲きゃべつ 25.00 ▲人参 15.00 ▲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 ■焼ふ(野菜入り) 3.00 ▲大根 20.00 ▲みつば 2.00 しょうゆ(淡) 5.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 —手作りおやつ— ■ケーキックス粉 25.00 ■ショートニング 5.00 ■リンゴジャム 5.00 ▲アップルジュース 4.00 ■キャノーラ油 適量 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●牛肉 25.00 ●みそ 2.00 酒 1.40 ▲玉ねぎ 3.00 ■砂糖 0.60 しょうゆ(濃) 0.60 ▲玉ねぎ 15.00 ▲ホールコーン(冷) 5.00 ▲ピーマン 3.00 ■キャノーラ油 2.00 ■じゃが芋 60.00 水 適量 塩 少々 (3~5歳児) ▲スナップえんどう 20.00 塩 少々 ●豆腐(冷) 30.00 ▲ちんげん菜 10.00 しょうゆ(淡) 5.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 —手作りおやつ— ■ケーキックス粉 24.00 カレー粉 0.11 ■砂糖 1.60 ●ポークウインナー 8.00 水 16.00 ホイルケース 1枚 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●豆腐(冷) 50.00 ■上新粉 10.00 ■なたね揚げ油 5.00 ▲みつば 1.00 ■本みりん 2.00 しょうゆ(淡) 2.00 だし汁 25.00 ■かたくり粉 1.00 水 2.00 ●焼豚 5.00 ▲ちんげん菜 50.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 0.24 しょうゆ(濃) 1.40 だし汁 15.00 ■じゃが芋 25.00 ▲えのきたけ 5.00 ●わかめ 0.50 ●みそ 6.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 —手作りおやつ— ■食パン●(10枚切) 1・1/2枚 ●牛挽肉 12.00 ▲玉ねぎ 16.00 ■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 ゆかり(国産赤しそ) 0.50 ●中華めん(乾) 30.00 ●豚肉 20.00 ▲きゃべつ 25.00 ▲人参 15.00 ▲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 ■焼ふ(野菜入り) 3.00 ▲大根 20.00 ▲みつば 2.00 しょうゆ(淡) 5.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 ●ローズハム 5.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 10.00 ▲ちんげん菜 40.00 ▲ホールコーン(冷) 5.00 ■キャノーラ油 1.00 ■砂糖 0.75 しょうゆ(濃) 1.50 —手作りおやつ— ■ケーキックス粉 25.00 ■ショートニング 5.00 ■リンゴジャム 5.00 ▲アップルジュース 4.00 ■キャノーラ油 適量 		

★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」などを行っています。

3時に使用している果物の量は
「3~5歳児・0~2歳児」
甘夏 1/3個・1/4個
メロン 50g・40g

*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。