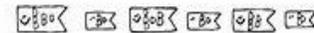




# 2024年5月献立表



## 定さくら保育園

昼食	13-27 日(月)			14-28 (火)			1-15-29 (水)			2-16-30 (木)			17-31 (金)			18 (土)			20 (月)			7-21 (火)			8-22 (水)			9-23 (木)			10-24 (金)			11-25 (土)																
	①ごはん ②さばのみそ煮 ③小松菜の浸し ④とうふとえのきのすまし汁			①ごはん ②牛肉と野菜の炒物 ③じゃがいもとわかめのみそ汁			①おからそぼろ丼 ②キャベツとしめじのみそ汁 1日③ぶどうジュース付き			①豆乳ちゃんぽん ②きゅうりともやしの酢の物			①ごはん ②マーボー豆腐 ③小松菜のナムル			1ごはん ②炒鶏 ③ちんげん菜と油揚げのみそ汁			①たけのこごはん ②さけの塩焼き ③ブロッコリーのごま和え ④とうふとわかめのみそ汁			①ツナケチャップ スパゲティ ②コロコロ野菜スープ			①ごはん ②鶏の塩焼き ③ごぼうとふきのきんぴら ④かぼちゃとたまねぎのみそ汁			①ごはん ②厚揚げとじゃがいものカレー煮 ③アスパラとキャベツのサラダ			①パン ②クリームシチュー ③ブロッコリーとコーンのサラダ			①鶏わかめうどん ②ひじきの炒り煮																
	材料	乳児g	幼児g	材料	乳児g	幼児g	材料	乳児g	幼児g	材料	乳児g	幼児g	材料	乳児g	幼児g	材料	乳児g	幼児g	材料	乳児g	幼児g	材料	乳児g	幼児g	材料	乳児g	幼児g	材料	乳児g	幼児g	材料	乳児g	幼児g	材料	乳児g	幼児g														
米	40.0	50.0	米	40.0	50.0	米	40.0	50.0	ゆで中華そば	100	130	米	40.0	50.0	米	40.0	50.0	米	40.0	50.0	スパゲティ	30.0	45.0	米	40.0	50.0	米	40.0	50.0	ネオ麦ロール	40.0	60.0	ゆでうどん	100.0	130.0															
さば	40.0	50.0	牛肉	30.0	40.0	鶏ミンチ	35.0	50.0	豚肉	25.0	30.0	とうふ	80.0	120	鶏肉(細切れ)	30.0	40.0	たけのこ	8.0	14.0	油	2.0	2.5	米	40.0	50.0	厚揚げ	20.0	25.0	ベーコン	25.0	35.0	ゆで鶏肉	25.0	30.0															
しょうが	0.3	0.4	濃口しょうゆ	0.4	0.5	おから	6.0	9.0	キャベツ	17.0	21.3	豚ミンチ	15.0	20.0	にんじん	14.6	19.4	だしこんぶ	0.2	0.3	ツナ油漬缶	20.0	25.0	鶏肉	50.0	60.0	厚揚げ	20.0	25.0	じゃがいも	40.5	54.0	干しわかめ	0.2	0.3															
砂糖	1.5	2.0	酒	0.4	0.5	食塩	0.2	0.3	たまねぎ	14.1	18.8	油	9.4	14.1	たまねぎ	18.8	28.2	薄口しょうゆ	0.5	0.7	にんじん	9.7	14.6	食塩	0.2	0.3	じゃがいも	36.0	45.0	たまねぎ	37.6	47.0	にんじん	6.8	9.7	にんじん	6.8	9.7												
みそ	4.0	5.0	はくさい	30.0	40.0	砂糖	5.0	6.4	にんじん	4.8	6.8	油	1.9	2.8	じゃがいも	45.0	54.0	みりん	0.5	0.7	ケチャップ	10.0	15.0	ふき	4.2	6.0	たまねぎ	28.2	37.6	にんじん	5.0	7.0	にんじん	5.0	7.0	だしこんぶ	0.8	1.0	だしこんぶ	0.8	1.0									
酒	3.5	4.0	たまねぎ	18.1	22.0	みりん	2.0	3.0	薄口しょうゆ	1.0	1.5	にんにく	0.6	0.7	油	2.0	3.0	生さけ	40.0	50.0	食塩	0.0	0.0	ごぼう	9.0	10.8	にんじん	14.6	19.4	油	1.4	1.9	油	1.4	1.9	だしかつお	1.0	1.5	だしかつお	1.0	1.5									
水	0.0	0.0	にんじん	9.7	14.6	濃口しょうゆ	6.0	7.5	ごま油	0.4	0.6	さとう	1.5	2.0	濃口しょうゆ	2.0	3.0	食塩	0.2	0.3	じゃがいも	18.0	27.0	糸こんにゃく	12.0	17.0	砂糖	1.0	2.0	バター	1.5	2.0	スープの素	1.0	1.5	みりん	10.0	14.0	みりん	10.0	14.0	みりん	10.0	14.0						
小松菜	25.5	34.0	しめじ	4.8	6.8	だしかつお	0.2	0.3	スープの素	1.3	1.8	赤だし用みそ	1.5	2.0	薄口しょうゆ	2.0	3.0	じゃがいも	14.1	18.8	たまねぎ	14.1	18.8	たまねぎ	14.1	18.8	にんじん	11.6	14.6	水	0.0	0.0	水	60.0	90.0	水	60.0	90.0	水	60.0	90.0	水	60.0	90.0						
にんじん	6.8	9.7	薄口しょうゆ	2.0	3.0	しょうが	0.3	0.4	豆乳	20.0	30.0	みそ	1.5	2.0	だしかつお	0.5	0.8	ブロッコリー	20.0	25.0	にんじん	6.8	9.7	スープの素	0.8	1.0	にんじん	6.8	9.7	白ごま	1.2	1.5	濃口しょうゆ	1.5	2.0	片栗粉	1.5	2.0	片栗粉	1.5	2.0	片栗粉	1.5	2.0	片栗粉	1.5	2.0			
花かつお	0.5	0.7	水	30.0	50.0	三度豆	1.9	2.8	きゅうり	19.6	29.4	もやし	9.9	14.9	片栗粉	0.7	1.0	ちんげん菜	8.5	12.8	にんじん	6.8	9.7	白ごま	1.2	1.5	薄口しょうゆ	0.8	1.0	かぼちゃ	27.0	36.0	たまねぎ	9.4	14.1	たまねぎ	9.4	14.1	乾燥ひじき	3.0	4.0	乾燥ひじき	3.0	4.0	乾燥ひじき	3.0	4.0			
濃口しょうゆ	0.7	1.0	スープの素	0.6	0.8	キャベツ	14.1	18.8	もやし	9.9	14.9	にんじん	4.8	6.8	小松菜	25.5	34.0	油揚げ	7.0	10.0	とうふ	30.0	40.0	みそ	5.0	7.0	干わかめ	0.2	0.3	みそ	5.0	7.0	だしこんぶ	0.8	1.0	だしかつお	1.0	1.40	水	100	140	水	100	140	水	100	140	水	100	140
とうふ	30.0	40.0	片栗粉	1.5	2.0	しめじ	5.0	7.0	みそ	2.0	3.0	砂糖	0.6	0.8	にんじん	0.8	1.2	砂糖	0.5	0.8	濃口しょうゆ	1.0	1.5	だしこんぶ	0.8	1.0	だしかつお	1.0	1.5	だしこんぶ	0.8	1.0	だしかつお	1.0	1.5	だしこんぶ	0.8	1.0	だしこんぶ	0.8	1.0	だしこんぶ	0.8	1.0						
えのき	6.3	9.0	じゃがいも	27.0	36.0	だしこんぶ	0.8	1.0	砂糖	0.6	0.8	薄口しょうゆ	0.7	1.0	小松菜	25.5	34.0	みそ	5.0	7.0	干わかめ	0.2	0.3	みそ	5.0	7.0	だしこんぶ	0.8	1.0	だしかつお	1.0	1.5	だしこんぶ	0.8	1.0	だしかつお	1.0	1.5	だしこんぶ	0.8	1.0	だしこんぶ	0.8	1.0						
青ねぎ	1.9	2.8	干わかめ	0.2	0.3	だしかつお	1.0	1.5	水	100	140	1日のみ			砂糖	0.5	0.8	濃口しょうゆ	1.0	1.5	だしこんぶ	0.8	1.0	だしかつお	1.0	1.5	だしこんぶ	0.8	1.0	だしかつお	1.0	1.5	だしこんぶ	0.8	1.0	だしこんぶ	0.8	1.0	だしこんぶ	0.8	1.0									
薄口しょうゆ	3.0	4.0	みそ	5.0	7.0	水	100	140	ぶどうジュース	90.0	90.0	ぶどうジュース	90.0	90.0	砂糖	0.5	0.8	濃口しょうゆ	1.0	1.5	だしこんぶ	0.8	1.0	だしかつお	1.0	1.5	だしこんぶ	0.8	1.0	だしかつお	1.0	1.5	だしこんぶ	0.8	1.0	だしこんぶ	0.8	1.0	だしこんぶ	0.8	1.0									
だしこんぶ	0.8	1.0	だしかつお	2.0	3.0	1日のみ																																												
だしかつお	1.0	1.5	だしかつお	2.0	3.0	1日のみ																																												
水	100	140	100	140	1日のみ																																													