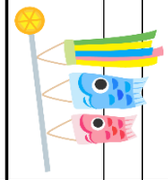
# 令和6年5月 献立表

大原野こども園

## 昼食

| 日(曜日) | 材料 | 乳児 g | 幼児 g |
|---|---|---|---|
| 13・27 (月) | **親子丼<br>大根のみそ汁** | | |
| | 米 | 40.0 | 50.0 |
| | 鶏肉 | 25.0 | 30.0 |
| | 卵 | 15.0 | 20.0 |
| | 高野豆腐 | 5.0 | 5.0 |
| | にんじん | 10.0 | 15.0 |
| | たまねぎ | 20.0 | 30.0 |
| | みつば | 3.0 | 5.0 |
| | 油 | 0.7 | 1.0 |
| | 砂糖 | 0.7 | 1.0 |
| | 酒 | 0.7 | 1.0 |
| | 濃口しょうゆ | 0.7 | 1.0 |
| | みりん | 0.5 | 1.0 |
| | かつお昆布だし | 30.0 | 40.0 |
| | だいこん | 20.0 | 23.0 |
| | しめじ | 6.0 | 9.0 |
| | みそ | 4.0 | 5.0 |
| | かつお昆布だし | 100 | 150 |
| 14・28 (火) | **焼きうどん<br>油揚げのみそ汁** | | |
| | ゆでうどん | 100 | 150 |
| | 豚肉 | 25.0 | 30.0 |
| | きゃべつ | 20.0 | 25.0 |
| | にんじん | 15.0 | 20.0 |
| | ピーマン | 10.0 | 12.0 |
| | かつお節 | 1.3 | 1.6 |
| | 油 | 0.7 | 1.0 |
| | 酒 | 0.8 | 1.0 |
| | 濃口しょうゆ | 2.8 | 3.6 |
| | かつお昆布だし | 10.0 | 15.0 |
| | 油揚げ | 7.0 | 10.0 |
| | 小松菜 | 15.0 | 15.0 |
| | みそ | 4.0 | 5.0 |
| | かつお昆布だし | 100 | 150 |
| 1・15・29 (水) | **ロールパン<br>鶏肉のトマト煮<br>スナップエンドウのサラダ** | | |
| | ロールパン | 20.0 | 40.0 |
| | 鶏肉 | 30.0 | 40.0 |
| | たまねぎ | 25.0 | 35.0 |
| | じゃがいも | 25.0 | 30.0 |
| | にんじん | 10.0 | 15.0 |
| | にんにく | 0.3 | 0.6 |
| | 油 | 0.7 | 1.0 |
| | トマトジュース | 20.0 | 30.0 |
| | ケチャップ | 4.0 | 6.0 |
| | コンソメ | 0.8 | 1.0 |
| | 砂糖 | 0.4 | 0.5 |
| | 水 | 30.0 | 40.0 |
| | スナップエンドウ | 10.0 | 15.0 |
| | レタス | 10.0 | 12.0 |
| | ミニトマト | 4.0 | 6.0 |
| | コーン缶 | 3.5 | 6.0 |
| | マヨドレ | 2.6 | 4.0 |
| | 酢 | 0.7 | 1.0 |
| 2・16・30 (木) | **ごはん<br>ハンバーグ<br>キャベツとコーンのサラダ<br>南瓜のスープ** | | |
| | 米 | 40.0 | 50.0 |
| | 合挽ミンチ | 45.0 | 60.0 |
| | たまねぎ | 13.0 | 18.0 |
| | パン粉 | 3.0 | 4.0 |
| | 牛乳 | 16.0 | 22.0 |
| | 食塩 | 0.3 | 0.5 |
| | ケチャップ | 4.5 | 6.0 |
| | ウスターソース | 2.3 | 3.0 |
| | きゃべつ | 25.0 | 30.0 |
| | にんじん | 5.0 | 7.0 |
| | コーン缶 | 5.0 | 7.0 |
| | 油 | 3.0 | 3.5 |
| | 酢 | 2.0 | 2.5 |
| | 食塩 | 0.1 | 0.1 |
| | 砂糖 | 0.8 | 1.0 |
| | かぼちゃ | 20.0 | 25.0 |
| | えのき | 6.0 | 8.0 |
| | コンソメ | 0.8 | 1.0 |
| | 薄口しょうゆ | 0.8 | 1.0 |
| | 水 | 100 | 150 |
| | 2日 ランチプレート<br>(幼児おまけ:バナナ) | | |
| 17・31 (金) | **ごはん<br>鯛の磯辺焼き<br>チンゲン菜のおかか和え<br>豆腐のおすまし** | | |
| | 米 | 40.0 | 50.0 |
| | 鯛 | 40.0 | 50.0 |
| | マヨドレ | 3.3 | 5.0 |
| | 青のり | 0.1 | 0.1 |
| | 食塩 | 0.1 | 0.1 |
| | チンゲン菜 | 30.0 | 30.0 |
| | にんじん | 7.0 | 10.0 |
| | もやし | 10.0 | 15.0 |
| | かつお節 | 0.5 | 0.7 |
| | 薄口しょうゆ | 0.7 | 1.0 |
| | かつお昆布だし | 1.2 | 1.6 |
| | 絹ごし豆腐 | 25.0 | 30.0 |
| | 生わかめ | 1.5 | 2.0 |
| | 薄口しょうゆ | 2.5 | 3.0 |
| | かつお昆布だし | 100 | 150 |
| 18 (土) | **ごはん<br>鶏のさっぱり煮<br>じゃがいものみそ汁** | | |
| | 米 | 40.0 | 50.0 |
| | 鶏肉 | 25.0 | 30.0 |
| | にんじん | 15.0 | 20.0 |
| | だいこん | 25.0 | 30.0 |
| | はくさい | 20.0 | 30.0 |
| | チンゲン菜 | 30.0 | 35.0 |
| | ごま油 | 0.7 | 1.0 |
| | 砂糖 | 1.4 | 1.7 |
| | 酒 | 1.5 | 2.0 |
| | 濃口しょうゆ | 1.5 | 2.0 |
| | 酢 | 1.0 | 1.3 |
| | かつお昆布だし | 30.0 | 40.0 |
| | じゃがいも | 7.0 | 10.0 |
| | なめこ | 4.5 | 6.0 |
| | みそ | 4.0 | 5.0 |
| | かつお昆布だし | 100 | 150 |
| 20 (月) | **マーボー豆腐丼<br>にらのスープ** | | |
| | 米 | 40.0 | 50.0 |
| | 豚ミンチ | 20.0 | 30.0 |
| | 木綿豆腐 | 40.0 | 40.0 |
| | にんじん | 11.0 | 14.0 |
| | たまねぎ | 18.0 | 23.0 |
| | れんこん | 9.0 | 11.0 |
| | 青ねぎ | 2.3 | 3.0 |
| | ねぎ | 0.9 | 1.0 |
| | しょうが | 0.4 | 0.5 |
| | ごま油 | 0.7 | 1.0 |
| | コンソメ | 0.3 | 0.4 |
| | 砂糖 | 0.6 | 0.8 |
| | 酒 | 0.8 | 1.0 |
| | 濃口しょうゆ | 1.1 | 1.4 |
| | みそ | 2.2 | 2.7 |
| | 食塩 | 0.01 | 0.01 |
| | 片栗粉 | 1.0 | 1.5 |
| | にら | 6.0 | 8.0 |
| | コーン缶 | 4.0 | 6.0 |
| | コンソメ | 0.8 | 1.0 |
| | 薄口しょうゆ | 0.8 | 1.0 |
| | 水 | 100 | 150 |
| 7・21 (火) | **ごはん<br>鰆の西京焼き<br>さっぱり和え<br>若竹汁** | | |
| | 米 | 40.0 | 50.0 |
| | さわら | 30.0 | 50.0 |
| | 白みそ | 5.0 | 6.0 |
| | みりん | 2.0 | 3.0 |
| | 酒 | 2.0 | 3.0 |
| | きゅうり | 22.0 | 27.0 |
| | にんじん | 13.0 | 16.0 |
| | ちくわ | 4.5 | 6.5 |
| | えだまめ | 4.0 | 6.0 |
| | 酢 | 3.0 | 3.7 |
| | 砂糖 | 0.7 | 0.9 |
| | 濃口しょうゆ | 0.7 | 0.9 |
| | たけのこ | 7.5 | 12.0 |
| | 生わかめ | 2.6 | 4.0 |
| | 薄口しょうゆ | 2.5 | 3.5 |
| | かつお昆布だし | 100 | 150 |
| 8・22 (水) | **みそラーメン<br>小松菜のナムル** | | |
| | 中華麺 | 100 | 130 |
| | 豚肉 | 25.0 | 30.0 |
| | きゃべつ | 13.0 | 17.0 |
| | もやし | 15.0 | 20.0 |
| | にんじん | 7.0 | 10.0 |
| | しょうが | 0.2 | 0.5 |
| | 青ねぎ | 2.0 | 3.0 |
| | 油 | 0.7 | 1.0 |
| | コンソメ | 0.6 | 0.8 |
| | 薄口しょうゆ | 0.4 | 0.5 |
| | みそ | 6.0 | 8.0 |
| | 水 | 130 | 170 |
| | 小松菜 | 30.0 | 35.0 |
| | にんじん | 7.0 | 10.0 |
| | 酢 | 0.8 | 1.2 |
| | 砂糖 | 0.5 | 0.8 |
| | 濃口しょうゆ | 1.0 | 1.5 |
| | ごま油 | 0.5 | 0.8 |
| 9・23 (木) | **ごはん<br>肉豆腐<br>白菜のみそ汁** | | |
| | 米 | 40.0 | 50.0 |
| | 牛肉 | 25.0 | 30.0 |
| | 木綿豆腐 | 40.0 | 60.0 |
| | にんじん | 15.0 | 20.0 |
| | たまねぎ | 30.0 | 35.0 |
| | 糸こんにゃく | 15.0 | 20.0 |
| | 青ねぎ | 3.0 | 5.0 |
| | 油 | 0.7 | 1.0 |
| | 砂糖 | 0.8 | 1.0 |
| | 濃口しょうゆ | 1.0 | 1.5 |
| | 薄口しょうゆ | 1.0 | 1.5 |
| | みりん | 0.5 | 0.7 |
| | 酒 | 1.0 | 2.0 |
| | 水 | 15.0 | 20.0 |
| | はくさい | 20.0 | 25.0 |
| | 油揚げ | 7.0 | 10.0 |
| | みそ | 4.0 | 5.0 |
| | かつお昆布だし | 100 | 150 |
| 10・24 (金) | **ごはん<br>新じゃがのカレー炒め<br>かき玉スープ** | | |
| | 米 | 40.0 | 50.0 |
| | 豚肉 | 25.0 | 30.0 |
| | 新じゃが | 30.0 | 40.0 |
| | にんじん | 15.0 | 20.0 |
| | たまねぎ | 20.0 | 30.0 |
| | もやし | 13.0 | 17.0 |
| | にら | 10.0 | 15.0 |
| | 油 | 0.7 | 1.0 |
| | コンソメ | 0.3 | 0.4 |
| | 酒 | 0.4 | 0.6 |
| | 濃口しょうゆ | 1.0 | 1.5 |
| | カレー粉 | 0.1 | 0.1 |
| | 食塩 | 0.01 | 0.01 |
| | 卵 | 10.0 | 15.0 |
| | レタス | 6.0 | 9.0 |
| | コンソメ | 0.8 | 1.0 |
| | 薄口しょうゆ | 0.8 | 1.0 |
| | 水 | 100 | 150 |
| 11・25 (土) | **中華丼<br>豆腐のスープ** | | |
| | 米 | 40.0 | 50.0 |
| | 豚肉 | 25.0 | 30.0 |
| | にんじん | 10.0 | 12.0 |
| | たまねぎ | 10.0 | 15.0 |
| | はくさい | 20.0 | 30.0 |
| | ちんげん菜 | 15.0 | 17.0 |
| | しょうが | 0.4 | 0.5 |
| | ごま油 | 0.7 | 1.0 |
| | 酒 | 1.0 | 1.5 |
| | 砂糖 | 0.7 | 0.9 |
| | 濃口しょうゆ | 0.7 | 0.9 |
| | コンソメ | 0.5 | 0.6 |
| | 片栗粉 | 1.0 | 1.5 |
| | 絹ごし豆腐 | 25.0 | 30.0 |
| | 青ねぎ | 2.0 | 3.0 |
| | コンソメ | 0.8 | 1.0 |
| | 薄口しょうゆ | 0.8 | 1.0 |
| | 水 | 100 | 150 |



## おやつ

| 日(曜日) | 材料 | 乳児 g | 幼児 g |
|---|---|---|---|
| 13・27 (月) | **牛乳<br>南瓜の茶巾しぼり** | | |
| | 牛乳 | 100 | 120 |
| | かぼちゃ | 15.0 | 25.0 |
| | さつまいも | 20.0 | 30.0 |
| | 砂糖 | 1.5 | 2.0 |
| | バター | 1.0 | 1.5 |
| 14・28 (火) | **牛乳<br>豆ごはんおにぎり** | | |
| | 牛乳 | 100 | 120 |
| | 米 | 23.0 | 35.0 |
| | さやえんどう | 7.5 | 10.0 |
| | 食塩 | 0.1 | 0.1 |
| | だしこんぶ | 0.8 | 1.0 |
| 1・15・29 (水) | **牛乳<br>豆乳くずもち** | | |
| | 牛乳 | 100 | 120 |
| | 調整豆乳 | 35.0 | 50.0 |
| | 片栗粉 | 5.3 | 7.0 |
| | 砂糖 | 2.6 | 3.5 |
| | きな粉 | 1.6 | 2.1 |
| | 砂糖 | 1.1 | 1.5 |
| 2・16・30 (木) | **牛乳<br>2日こいのぼりクッキー<br>16.30日クッキー** | | |
| | 牛乳 | 100 | 120 |
| | 小麦粉 | 11.0 | 17.0 |
| | 砂糖 | 3.3 | 5.0 |
| | ケーキ用マーガリン | 6.6 | 10.0 |
| 17・31 (金) | **牛乳<br>ココアトースト** | | |
| | 牛乳 | 100 | 120 |
| | 食パン | 15.0 | 30.0 |
| | ココア | 0.2 | 0.3 |
| | グラニュー糖 | 1.8 | 3.5 |
| | マーガリン | 1.8 | 3.5 |
| 18 (土) | **牛乳<br>市販菓子** | | |
| | 牛乳 | 100 | 120 |
| | 市販菓子 | | |
| 20 (月) | **牛乳<br>カルピスみかんゼリー** | | |
| | 牛乳 | 100 | 120 |
| | カルピス | 7.5 | 10.0 |
| | 水 | 38.0 | 50.0 |
| | 寒天 | 0.4 | 0.5 |
| | みかん缶 | 12.0 | 15.0 |
| 7・21 (火) | **牛乳<br>ブルーベリージャムサンド** | | |
| | 牛乳 | 100 | 120 |
| | 食パン | 15.0 | 30.0 |
| | ブルーベリージャム | 6.0 | 9.0 |
| 8・22 (水) | **牛乳<br>鮭おにぎり** | | |
| | 牛乳 | 100 | 120 |
| | 米 | 25.0 | 30.0 |
| | 鮭フレーク | 3.0 | 5.0 |
| 9・23 (木) | **牛乳<br>きなこ蒸しパン** | | |
| | 牛乳 | 100 | 120 |
| | 小麦粉 | 15.0 | 20.0 |
| | ベーキングパウダー | 0.8 | 1.0 |
| | 砂糖 | 6.5 | 8.0 |
| | 調整豆乳 | 15.0 | 20.0 |
| | 油 | 2.5 | 3.5 |
| | きな粉 | 2.3 | 2.5 |
| 10・24 (金) | **牛乳<br>ネーブルオレンジ** | | |
| | 牛乳 | 100 | 120 |
| | ネーブルオレンジ | 38.0 | 55.0 |
| 11・25 (土) | **牛乳<br>市販菓子** | | |
| | 牛乳 | 100 | 120 |
| | 市販菓子 | | |

みんな
一緒やデー

みんな
一緒やデー

みんな
一緒やデー

みんな
一緒やデー