

大原野こども園

日 (曜日)			14・28 (月)			1・15・29 (火)			2・16・30 (水)			3・17 (木)			4・18 (金)			5・19 (土)			7 (月)			8 (火)			9 (水)			10・24 (木)			11・25 (金)			12・26 (土)		
昼食	ごはん バーベキューチキン きゅうりの塩昆布サラダ レタスとえのきのスープ			ごはん 肉じゃが きゃべつのみそ汁			マーボーなす丼 切干大根の中華和え			焼きそば 3日きゅうりの一本漬け フランクフルト 17日小松菜のみそ汁			ロールパン 鮭のクリーム煮 レタスサラダ			鶏のすきやき丼 だいこんのみそ汁			ごはん 豚肉と野菜の五目炒め 中華風コーンスープ			ロールパン ラタトゥイユ ごま風味サラダ			中華丼 豆腐のスープ			ごはん さんまの塩焼き 白雪ひじき 麩のおすまし			わかめうどん 白菜のおかか和え			ごはん 豚肉と厚揚げの炒め物 しめじのおすまし				
	材料			乳児	幼児	材料			乳児	幼児	材料			乳児	幼児	材料			乳児	幼児	材料			乳児	幼児	材料			乳児	幼児	材料			乳児	幼児			
	米	40.0	50.0	米	40.0	50.0	米	40.0	50.0	中華麺	100.0	150.0	ロールパン	20.0	40.0	米	40.0	50.0	米	40.0	50.0	ロールパン	20.0	40.0	米	40.0	50.0	米	40.0	50.0	ゆでうどん	100.0	150.0	米	40.0	50.0		
	鶏肉	30.0	50.0	牛肉	25.0	30.0	なす	20.0	25.0	豚肉	25.0	30.0	鮭	30.0	50.0	鶏肉	25.0	30.0	焼豆腐	30.0	40.0	豚肉	25.0	30.0	にんじん	10.0	12.0	さんま	30.0	50.0	たまねぎ	10.0	15.0	豚肉	25.0	30.0		
	ウスターソース	2.4	3.2	じゃがいも	40.0	50.0	にんじん	13.0	20.0	きやべつ	15.0	25.0	にんじん	15.0	20.0	はくさい	15.0	20.0	なす	15.0	20.0	なす	15.0	20.0	はくさい	15.0	20.0	たんぽこ	0.1	0.1	にんじん	10.0	15.0	酒	0.5	0.6		
	ケチャップ	2.4	3.2	たまねぎ	30.0	40.0	たまねぎ	20.0	30.0	ピーマン	10.0	12.0	たまねぎ	25.0	35.0	にんじん	10.0	15.0	ズッキーニ	15.0	20.0	はくさい	20.0	30.0	ちんげん菜	25.0	30.0	鶏肉	3.5	4.5	生わかめ	5.0	7.0	濃口しょうゆ	0.4	0.5		
	砂糖	0.3	0.4	にんじん	15.0	20.0	れんこん	10.0	15.0	もやし	10.0	12.0	じゃがいも	25.0	30.0	たまねぎ	25.0	35.0	にんじん	7.0	10.0	黄パプリカ	7.0	10.0	ちんげん菜	25.0	30.0	鶏肉	3.5	4.5	青ねぎ	2.0	3.0	しょうが	0.4	0.5		
	きゅうり	11.0	15.0	グリーンピース	2.0	3.0	青ねぎ	2.3	3.0	油	0.7	1.0	バセリ	0.3	0.4	糸こんにやく	15.0	20.0	たまねぎ	20.0	25.0	ごま油	0.7	1.0	酒	1.0	1.5	木綿豆腐	10.0	12.0	薄口しょうゆ	4.5	6.0	厚揚げ	23.0	25.0		
	きゃべつ	11.0	15.0	油	0.7	1.0	しょうが	0.4	0.5	かつお節	1.3	1.6	ブイオン	0.8	1.0	油	0.7	1.0	しょうが	0.5	0.6	にんにく	0.3	0.6	砂糖	0.7	0.9	たまねぎ	4.0	5.5	はくさい	30.0	35.0	にんじん	20.0	25.0		
	にんじん	15.0	20.0	濃口しょうゆ	1.0	1.5	ごま油	0.7	1.0	かつお昆布だし	60.0	80.0	牛乳	50.0	70.0	砂糖	2.0	3.0	油	0.7	1.0	油	0.7	1.0	濃口しょうゆ	0.7	0.9	にんじん	2.3	3.0	たまねぎ	20.0	30.0	ピーマン	8.0	9.5		
すりごま	0.6	0.8	薄口しょうゆ	1.0	1.5	ブイオン	0.2	0.3	砂糖	0.6	0.8	きゅうり	16.0	24.0	米粉	2.5	3.0	濃口しょうゆ	1.0	1.5	砂糖	0.4	0.5	ブイオン	0.5	0.6	青ねぎ	0.7	1.0	油	0.7	1.0	油	0.7	1.0			
塩昆布	0.5	0.7	かつお昆布だし	20.0	30.0	砂糖	0.6	0.8	酒	0.8	1.0	食塩	0.01	0.01	食塩	0.1	0.2	薄口しょうゆ	1.0	1.5	みりん	0.5	0.8	ブイオン	0.6	0.8	片栗粉	1.0	1.5	濃口しょうゆ	0.7	1.0	砂糖	0.4	0.5			
濃口しょうゆ	0.2	0.3	きやべつ	15.0	20.0	濃口しょうゆ	1.1	1.4	みそ	2.2	2.7	ウインナー	20.0	20.0	レタス	13.0	15.0	だいこん	15.0	20.0	クリームコーン	24.0	30.0	トマトジュース	20.0	30.0	絹ごし豆腐	25.0	30.0	生わかめ	1.0	1.5	かつお節	0.5	0.7	濃口しょうゆ	1.5	1.6
ごま油	0.2	0.3	油揚げ	8.0	10.0	片栗粉	1								油揚げ	8.0	10.0	みそ	4.0	4.5	みそ	4.0	4.5	みそ	4.0	4.5	みそ	4.0	4.5	みそ	4.0	4.5	みそ	4.0	4.5			
レタス	6.0	9.0	みそ	4.0	4.5	片栗粉	1.0	1.5							青ねぎ	4.0	5.0	きゅうり	4.0	5.0	きゅうり	4.0	5.0	きゅうり	4.0	5.0	きゅうり	4.0	5.0	きゅうり	4.0	5.0	きゅうり	4.0	5.0			
えのき	6.0	8.0	かつお昆布だし	100.0	150.0										マヨドレ	4.5	6.0	酢	0.3	0.4	酢	0.3	0.4	酢	0.3	0.4	酢	0.3	0.4	酢	0.3	0.4	酢	0.3	0.4			
ブイオン	0.8	1.0													食塩	0.1	0.1	食塩	0.1	0.1	食塩	0.1	0.1	食塩	0.1	0.1	食塩	0.1	0.1	食塩	0.1	0.1	食塩	0.1	0.1			
薄口しょうゆ	0.8	1.0													すりごま	1.0	1.2	すりごま	1.0	1.2	すりごま	1.0	1.2	すりごま	1.0	1.2	すりごま	1.0	1.2	すりごま	1.0	1.2	すりごま	1.0	1.2			
																								</														