

2024年 6月 乳幼児献立表

		のぞみ保育園										
		1 (土)										
星 食	3 (月)		4 (火)		5 (水)		6 (木)		7 (金)		8 (土)	
		<b>麦ご飯</b> 米 45 押麦 4 <b>マーボー豆腐</b> 豚ひき肉 25 木綿豆腐 65 たまねぎ 30 にんじん 15 乾しいたけ 1 青ねぎ 4 なたね油 1 赤みそ 1 米みそ 1 中華だし 0.7 うすくちしょうゆ 1 三温糖 1 かたくり粉 2.5 ごま油 2 <b>もやしとにらの炒め物</b> もやし 30 にら 15 ごま 0.5 なたね油 1 うすくちしょうゆ 1.5 ごま油 1	<b>カレーライス</b> 米 50 押麦 4 豚肉 35 たまねぎ 25 にんじん 15 じゃがいも 30 カレー 10 なたね油 1 <b>人参ツクリ</b> にんじん 20 ツナ 5 玉ねぎ 15 スイートコーン 3 ごま油 1 塩 0.2 うすくちしょうゆ 0.1 <b>みそ汁</b> とうがん 8 キャベツ 10 たまねぎ 10 だし 100 みそ 4	<b>麦ご飯</b> 米 45 押麦 4 <b>さげのパン粉焼き</b> さげ 40 食塩 0.3 パン粉 0.6 ハセリ 0.2 マヨドレ 2 <b>かぼちゃのサラダ</b> かぼちゃ 18 きゅうり 6 きつまいも 18 ノンエッグマヨネーズ 7 三温糖 2 半酢 0.3 <b>みそ汁</b> とうがん 8 キャベツ 10 たまねぎ 10 だし 100 みそ 4	<b>麦ご飯</b> 米 45 押麦 4 <b>回鍋肉</b> 豚肉 35 キャベツ 40 にんじん 10 ピーマン 6 玉ねぎ 30 赤みそ 1 にんじん 1 中華だし 0.5 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2 だし 1 なたね油 1 <b>じゃこ納豆</b> ひきわり納豆 30 しらす干し 5 花かつお 1 うすくちしょうゆ 1 <b>中華スープ</b> こまつな 15 にんじん 10 たまねぎ 10 中華だし 0.9 食塩 0.1	<b>麦ご飯</b> 米 45 押麦 4 <b>あじの塩焼き</b> あじ 40 食塩 0.1 <b>小松菜とお揚げの炊いたん</b> こまつな 20 油揚げ 5 もやし 5 にんじん 15 うすくちしょうゆ 2 三温糖 1.2 だし 20 <b>みそ汁</b> とうがん 12 かぼちゃ 10 木綿豆腐 8 だし 100 みそ 4	<b>豚汁</b> 米 50 押麦 4 豚肉 4 たまねぎ 40 にんじん 15 青ねぎ 3 こいくちしょうゆ 2 三温糖 1 片栗粉 0.5 <b>すまし汁</b> だしこん 20 わかめ 1 だし 100 うすくちしょうゆ 0.1					
	<b>麦ごはん</b> 米 45 押麦 4 <b>ホーホービーンズ</b> 豚ひき肉 25 大豆 30 玉ねぎ 35 にんじん 15 マカロニ 8 三食豆 2 コンソメ 0.6 ケチャップ 3 三温糖 0.3 こいくちしょうゆ 0.1 なたね油 2 コンソメ 0.8 <b>コウリンスープ</b> かぼちゃ 15 わかめ 1 たまねぎ 15 コンソメ 0.9 食塩 0.1	<b>麦ごはん</b> 米 45 押麦 4 <b>豚肉の生姜焼き</b> 豚肉 40 たまねぎ 15 しめじ 8 しょうが 0.8 うすくちしょうゆ 1 こいくちしょうゆ 1.3 なたね油 2 片栗粉 1 <b>キャベツのこまサラダ</b> キャベツ 20 たまねぎ 15 にんじん 10 コーン 5 ノンエッグマヨネーズ 2 三温糖 0.2 うすくちしょうゆ 0.5 ごま 0.3 <b>みそ汁</b> チンゲン菜 15 木綿豆腐 8 わかめ 1 だし 100 みそ 4	<b>ミートスパゲッティ</b> 豚ひき肉 45 スファッティ 20 たまねぎ 25 にんじん 5 小松菜 1 トマト水煮缶 25 コンソメ 1 ケチャップ 3 どんかつソース 1 こいくちしょうゆ 0.5 にんじん 0.1 <b>カルシウムポテト</b> じゃがいも 30 小松菜 10 にんじん 10 しらす干し 5 食塩 0.2 ごま 0.5 なたね油 1 <b>コウリンスープ</b> キャベツ 15 たまねぎ 10 コンソメ 0.9 食塩 0.1	<b>麦ごはん</b> 米 45 押麦 4 <b>さむらの熏付け</b> さむら 40 こいくちしょうゆ 13 にんじん 0.6 三温糖 0.9 料理酒 1.3 <b>なすびのなべしき</b> なすび 10 なすび 15 にんじん 1 たまねぎ 30 ピーマン 3 にんじん 2 三温糖 0.6 うすくちしょうゆ 0.3 なたね油 2 <b>みそ汁</b> 木綿豆腐 8 油揚げ 8 わかめ 1 だし 100 みそ 4	<b>麦ごはん</b> 米 45 押麦 4 <b>ミートローフ</b> 豚ひき肉 40 人参 15 玉ねぎ 20 三温糖 0.1 片栗粉 0.3 ケチャップ 2 どんかつソース 1 こいくちしょうゆ 0.1 三温糖 0.2 <b>ピーマンとじゃが芋の炒め煮</b> ピーマン 13 じゃがいも 40 ウィンナー 3 にんじん 8 コンソメ 0.5 食塩 0.1 <b>みそ汁</b> こまつな 10 たまねぎ 10 だし 1 みそ 100 みそ 4	<b>麦ごはん</b> 米 50 押麦 4 油揚げ 4 人参 30 玉ねぎ 15 三温糖 2 本みりん 2 うすくちしょうゆ 5 なたね油 2 <b>みそ汁</b> かぼちゃ 20 わかめ 1 米みそ 4 だし 100						
	<b>麦ごはん</b> 米 45 押麦 4 <b>ホーホービーンズ</b> 豚ひき肉 25 大豆 30 玉ねぎ 35 にんじん 15 マカロニ 8 三食豆 2 コンソメ 0.6 ケチャップ 3 三温糖 0.3 こいくちしょうゆ 0.1 なたね油 2 コンソメ 0.8 <b>コウリンスープ</b> かぼちゃ 15 わかめ 1 たまねぎ 15 コンソメ 0.9 食塩 0.1	<b>麦ごはん</b> 米 45 押麦 4 <b>豚肉の生姜焼き</b> 豚肉 40 たまねぎ 15 しめじ 8 しょうが 0.8 うすくちしょうゆ 1 こいくちしょうゆ 1.3 なたね油 2 片栗粉 1 <b>キャベツのこまサラダ</b> キャベツ 20 たまねぎ 15 にんじん 10 コーン 5 ノンエッグマヨネーズ 2 三温糖 0.2 うすくちしょうゆ 0.5 ごま 0.3 <b>みそ汁</b> チンゲン菜 15 木綿豆腐 8 わかめ 1 だし 100 みそ 4	<b>わかめじやこごはん</b> 押麦 4 わかめ 1 しらす干し 3 ごま 1 うすくちしょうゆ 1.3 コンソメ 0.2 <b>豚肉のみそマヨ焼き</b> 豚肉 50 みそ 10 ノンエッグマヨネーズ 2 こまつな 2 油揚げ 5 たまねぎ 5 ピーマン 2 にんじん 15 うすくちしょうゆ 1.2 三温糖 2 だし 20 <b>すまし汁</b> とうがん 10 キャベツ 8 わかめ 8 だし 20 うすくちしょうゆ 2 食塩 0.1 <b>ゼリー</b> ゼリー 20	<b>麦ごはん</b> 米 45 押麦 4 <b>回鍋肉</b> 豚肉 35 キャベツ 40 にんじん 10 ピーマン 6 玉ねぎ 30 赤みそ 1 にんじん 1 中華だし 0.5 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2 だし 1 片栗粉 2 <b>じゃこ納豆</b> ひきわり納豆 30 しらす干し 5 花かつお 1 うすくちしょうゆ 1 <b>中華スープ</b> こまつな 15 にんじん 10 たまねぎ 10 中華だし 0.9 食塩 0.1	<b>麦ごはん</b> 米 45 押麦 4 <b>あじの塩焼き</b> あじ 40 食塩 0.1 <b>小松菜とお揚げの炊いたん</b> こまつな 20 油揚げ 5 もやし 5 にんじん 15 うすくちしょうゆ 2 三温糖 1.2 だし 20 <b>みそ汁</b> とうがん 12 かぼちゃ 10 木綿豆腐 8 だし 100 みそ 4	<b>豚汁</b> 米 50 押麦 4 豚肉 4 たまねぎ 40 にんじん 15 青ねぎ 3 こいくちしょうゆ 2 三温糖 1 片栗粉 0.5 <b>すまし汁</b> だしこん 20 わかめ 1 だし 100 うすくちしょうゆ 0.1						
	<b>麦ごはん</b> 米 45 押麦 4 <b>ホーホービーンズ</b> 豚ひき肉 25 大豆 30 玉ねぎ 35 にんじん 15 マカロニ 8 三食豆 2 コンソメ 0.6 ケチャップ 3 三温糖 0.3 こいくちしょうゆ 0.1 なたね油 2 コンソメ 0.8 <b>コウリンスープ</b> かぼちゃ 15 わかめ 1 たまねぎ 15 コンソメ 0.9 食塩 0.1	<b>麦ごはん</b> 米 45 押麦 4 <b>豚肉の生姜焼き</b> 豚肉 40 たまねぎ 15 しめじ 8 しょうが 0.8 うすくちしょうゆ 1 こいくちしょうゆ 1.3 なたね油 2 片栗粉 1 <b>キャベツのこまサラダ</b> キャベツ 20 たまねぎ 15 にんじん 10 コーン 5 ノンエッグマヨネーズ 2 三温糖 0.2 うすくちしょうゆ 0.5 ごま 0.3 <b>みそ汁</b> チンゲン菜 15 木綿豆腐 8 わかめ 1 だし 100 みそ 4	<b>わかめじやこごはん</b> 押麦 4 わかめ 1 しらす干し 3 ごま 1 うすくちしょうゆ 1.3 コンソメ 0.2 <b>豚肉のみそマヨ焼き</b> 豚肉 50 みそ 10 ノンエッグマヨネーズ 2 こまつな 2 油揚げ 5 たまねぎ 5 ピーマン 2 にんじん 15 うすくちしょうゆ 1.2 三温糖 2 だし 20 <b>すまし汁</b> とうがん 10 キャベツ 8 わかめ 8 だし 20 うすくちしょうゆ 2 食塩 0.1 <b>ゼリー</b> ゼリー 20	<b>麦ごはん</b> 米 45 押麦 4 <b>さむらの熏付け</b> さむら 40 こいくちしょうゆ 13 にんじん 0.6 三温糖 0.9 料理酒 1.3 <b>なすびのなべしき</b> なすび 10 なすび 15 にんじん 1 たまねぎ 30 ピーマン 3 にんじん 2 三温糖 0.6 うすくちしょうゆ 0.3 なたね油 2 <b>みそ汁</b> 木綿豆腐 8 油揚げ 8 わかめ 1 だし 100 みそ 4	<b>麦ごはん</b> 米 45 押麦 4 <b>ミートローフ</b> 豚ひき肉 40 人参 15 玉ねぎ 20 三温糖 0.1 片栗粉 0.3 ケチャップ 2 どんかつソース 1 こいくちしょうゆ 0.1 三温糖 0.2 <b>ピーマンとじゃが芋の炒め煮</b> ピーマン 13 じゃがいも 40 ウィンナー 3 にんじん 8 コンソメ 0.5 食塩 0.1 <b>みそ汁</b> こまつな 10 たまねぎ 10 だし 1 みそ 100 みそ 4	<b>豚汁</b> 米 50 押麦 4 豚肉 4 たまねぎ 40 にんじん 15 青ねぎ 3 こいくちしょうゆ 2 三温糖 1 片栗粉 0.5 <b>すまし汁</b> だしこん 20 わかめ 1 だし 100 うすくちしょうゆ 0.1						