

2024年 乳幼児献立表



のぞみ保育園

		2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)		
昼食	カレーライス	米 50 押麦 4 豚肉 35 たまねぎ 25 にんじん 15 じゃがいも 30 カレールー 10 なたね油 1	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 鶏肉のレモングリル 50 鶏肉 2.5 料理酒 1.2 みりん 0.5 三温糖 0.5 食塩 3 レモン果汁 1 なたね油 1	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 さげの西京焼き 40 さけ 3 白みそ 2 料理酒 10 うすくちしょうゆ 0.3 本みりん 1 三温糖 0.3 食塩 0.1	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 高野豆腐の炒め煮 10 高野豆腐 30 かしわ もも肉 10 たまねぎ 25 乾しいたけ 1.5 三温糖 2 なたね油 2 うすくちしょうゆ 2 かたくり粉 2	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 筑前煮 35 鶏肉 8 にんじん 8 れんこん 8 ごぼう 10 こんにゃく 6 さといも 5 さつまいも 8 三度豆 3 焼き竹輪 3 なたね油 3 三温糖 3 うすくちしょうゆ 2	厚揚げ 50 米 4 押麦 4 厚揚げ 30 たまねぎ 40 にんじん 15 じゃがいも 3 ごぼう 2 三温糖 1 片栗粉 0.5	みそ汁 15 だしこん 15 にんじん 100 だし 4	
	入浴シロリ	にんじん 20 ツナ 15 たまねぎ 3 スイートコーン 3 ごま油 1 食塩 0.2 うすくちしょうゆ 0.1	キャベツとコーンのサラダ 30 キャベツ 10 にんじん 15 たまねぎ 15 ノンエッグマヨネーズ 3 うすくちしょうゆ 1	干切大根煮 5 切干大根 15 にんじん 10 油揚げ 10 わかめ 2 乾しいたけ 1.2 うすくちしょうゆ 1.2 三温糖 2 なたね油 2	みそ汁 15 さつまいも 15 たまねぎ 1 だし 100 みそ 4	みそ汁 10 とうがん 15 たまねぎ 15 だし 4	みそ汁 10 かたくり粉 15 三温糖 100 みそ 4	みそ汁 15 だしこん 15 にんじん 10 うすくちしょうゆ 0.1 食塩 2 だし 100	
	コップススープ	じゃがいも 15 にんじん 10 たまねぎ 10 コンソメ 0.8 食塩 0.1	チンゲン菜の煮ひたし 30 チンゲン菜 10 にんじん 25 たまねぎ 20 油揚げ 1.5 だし 1 うすくちしょうゆ 1.5 三温糖 1	9まし汁 10 木綿豆腐 15 チンゲン菜 15 だし 100 うすくちしょうゆ 2 食塩 0.1	みそ汁 15 さつまいも 15 たまねぎ 1 だし 100 みそ 4	みそ汁 10 とうがん 15 たまねぎ 15 だし 4	みそ汁 10 かたくり粉 15 三温糖 100 みそ 4	みそ汁 15 だしこん 15 にんじん 10 うすくちしょうゆ 0.1 食塩 2 だし 100	
	9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)	14 (土)			
	昼食	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 カレー肉じゃが 30 豚肉 40 たまねぎ 60 にんじん 15 糸こんにゃく 8 三度豆 5 なたね油 3 うすくちしょうゆ 2 カレールー 1 みそ汁 15 キャベツ 10 たまねぎ 10 木綿豆腐 100 だし 4	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 さわらの煮り焼き 40 さわら 15 ごぼう 0.5 本みりん 1 三温糖 1.5 料理酒 1 チンゲン菜の煮ひたし 30 チンゲン菜 10 にんじん 25 たまねぎ 20 油揚げ 1.5 だし 1 うすくちしょうゆ 1.5 三温糖 1	味噌ラーメン 120 中華めん 20 豚ひき肉 20 キャベツ 5 にんじん 3 青ねぎ 0.1 本みりん 0.3 生姜 4 米みそ 1 中華だし 100 しょう油 0.2 食塩 2 うすくちしょうゆ 2	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 マーボー豆腐 25 豚ひき肉 65 ごぼう 30 にんじん 15 乾しいたけ 4 青ねぎ 1 料理酒 1 赤みそ 1 米みそ 0.7 中華だし 1 三温糖 1 かたくり粉 2.5 ごま油 2	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 からあげ 50 鶏肉 5 ごぼう 0.5 片栗粉 0.6 米粉 1 三度豆 3 なたね油 3 乾しいたけ 1 にんじん 1 うすくちしょうゆ 1.2 三温糖 2 だし 20	ぎつね丼 50 米 4 押麦 4 油揚げ 15 にんじん 15 たまねぎ 2 ごぼう 2 三温糖 1 みりん 2 うすくちしょうゆ 5 かたくり粉 2 なたね油 2	9まし汁 15 たまねぎ 15 にんじん 10 うすくちしょうゆ 0.1 食塩 2 だし 100	
		みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁		
		モやし	モやし	モやし	モやし	モやし	モやし		
		17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)	21 (土)			
		昼食	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 鶏肉のレモングリル 50 鶏肉 2.5 料理酒 1.2 みりん 0.5 三温糖 0.5 食塩 3 レモン果汁 1 なたね油 1	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 さげの西京焼き 40 さけ 3 白みそ 2 料理酒 10 うすくちしょうゆ 0.3 本みりん 1 三温糖 0.3 食塩 0.1	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 高野豆腐の炒め煮 10 高野豆腐 30 かしわ もも肉 10 たまねぎ 25 乾しいたけ 1.5 三温糖 2 なたね油 2 うすくちしょうゆ 2 かたくり粉 2	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 筑前煮 35 鶏肉 8 にんじん 8 れんこん 8 ごぼう 10 こんにゃく 6 さといも 5 さつまいも 8 三度豆 3 焼き竹輪 3 なたね油 3 三温糖 3 うすくちしょうゆ 2	厚揚げ 50 米 4 押麦 4 厚揚げ 30 たまねぎ 40 にんじん 15 じゃがいも 3 ごぼう 2 三温糖 1 片栗粉 0.5	みそ汁 15 だしこん 15 にんじん 100 だし 4	
			入浴シロリ	キャベツとコーンのサラダ 30 キャベツ 10 にんじん 15 たまねぎ 15 ノンエッグマヨネーズ 3 うすくちしょうゆ 1	干切大根煮 5 切干大根 15 にんじん 10 油揚げ 10 わかめ 2 乾しいたけ 1.2 うすくちしょうゆ 1.2 三温糖 2 なたね油 2	みそ汁 15 さつまいも 15 たまねぎ 1 だし 100 みそ 4	みそ汁 10 とうがん 15 たまねぎ 15 だし 4	みそ汁 10 かたくり粉 15 三温糖 100 みそ 4	みそ汁 15 だしこん 15 にんじん 10 うすくちしょうゆ 0.1 食塩 2 だし 100
コップススープ			じゃがいも 15 にんじん 10 たまねぎ 10 コンソメ 0.8 食塩 0.1	9まし汁 10 木綿豆腐 15 チンゲン菜 15 だし 100 うすくちしょうゆ 2 食塩 0.1	みそ汁 15 さつまいも 15 たまねぎ 1 だし 100 みそ 4	みそ汁 10 とうがん 15 たまねぎ 15 だし 4	みそ汁 10 かたくり粉 15 三温糖 100 みそ 4	みそ汁 15 だしこん 15 にんじん 10 うすくちしょうゆ 0.1 食塩 2 だし 100	
24 (火)			25 (水)	26 (木)	27 (金)	28 (土)			
昼食			麦ご飯 45 米 4 押麦 4 さわらの煮り焼き 40 さわら 15 ごぼう 0.5 本みりん 1 三温糖 1.5 料理酒 1 チンゲン菜の煮ひたし 30 チンゲン菜 10 にんじん 25 たまねぎ 20 油揚げ 1.5 だし 1 うすくちしょうゆ 1.5 三温糖 1	ピラフ 50 米 30 たまねぎ 15 スイートコーン 3 にんじん 3 コンソメ 0.3 食塩 0.3	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 マーボー豆腐 25 豚ひき肉 65 ごぼう 30 にんじん 15 乾しいたけ 4 青ねぎ 1 料理酒 1 赤みそ 1 米みそ 0.7 中華だし 1 三温糖 1 かたくり粉 2.5 ごま油 2	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 からあげ 50 鶏肉 5 ごぼう 0.5 片栗粉 0.6 米粉 1 三度豆 3 なたね油 3 乾しいたけ 1 にんじん 1 うすくちしょうゆ 1.2 三温糖 2 だし 20	ぎつね丼 50 米 4 押麦 4 油揚げ 15 にんじん 15 たまねぎ 2 ごぼう 2 三温糖 1 みりん 2 うすくちしょうゆ 5 かたくり粉 2 なたね油 2	9まし汁 15 たまねぎ 15 にんじん 10 うすくちしょうゆ 0.1 食塩 2 だし 100	
			みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁		
	モやし		モやし	モやし	モやし	モやし			
	30 (月)								
	昼食		カレーライス 50 米 4 押麦 4 豚肉 35 たまねぎ 25 にんじん 15 じゃがいも 30 カレールー 10 なたね油 1	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 さわらの煮り焼き 40 さわら 15 ごぼう 0.5 本みりん 1 三温糖 1.5 料理酒 1 チンゲン菜の煮ひたし 30 チンゲン菜 10 にんじん 25 たまねぎ 20 油揚げ 1.5 だし 1 うすくちしょうゆ 1.5 三温糖 1	ピラフ 50 米 30 たまねぎ 15 スイートコーン 3 にんじん 3 コンソメ 0.3 食塩 0.3	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 マーボー豆腐 25 豚ひき肉 65 ごぼう 30 にんじん 15 乾しいたけ 4 青ねぎ 1 料理酒 1 赤みそ 1 米みそ 0.7 中華だし 1 三温糖 1 かたくり粉 2.5 ごま油 2	麦ご飯 45 米 4 押麦 4 からあげ 50 鶏肉 5 ごぼう 0.5 片栗粉 0.6 米粉 1 三度豆 3 なたね油 3 乾しいたけ 1 にんじん 1 うすくちしょうゆ 1.2 三温糖 2 だし 20	厚揚げ 50 米 4 押麦 4 油揚げ 15 にんじん 15 たまねぎ 2 ごぼう 2 三温糖 1 みりん 2 うすくちしょうゆ 5 かたくり粉 2 なたね油 2	みそ汁 15 だしこん 15 にんじん 10 うすくちしょうゆ 0.1 食塩 2 だし 100
			入浴シロリ	キャベツとコーンのサラダ 30 キャベツ 10 にんじん 15 たまねぎ 15 ノンエッグマヨネーズ 3 うすくちしょうゆ 1	干切大根煮 5 切干大根 15 にんじん 10 油揚げ 10 わかめ 2 乾しいたけ 1.2 うすくちしょうゆ 1.2 三温糖 2 なたね油 2	みそ汁 15 さつまいも 15 たまねぎ 1 だし 100 みそ 4	みそ汁 10 とうがん 15 たまねぎ 15 だし 4	みそ汁 10 かたくり粉 15 三温糖 100 みそ 4	みそ汁 15 だしこん 15 にんじん 10 うすくちしょうゆ 0.1 食塩 2 だし 100
		コップススープ	じゃがいも 15 にんじん 10 たまねぎ 10 コンソメ 0.8 食塩 0.1	9まし汁 10 木綿豆腐 15 チンゲン菜 15 だし 100 うすくちしょうゆ 2 食塩 0.1	みそ汁 15 さつまいも 15 たまねぎ 1 だし 100 みそ 4	みそ汁 10 とうがん 15 たまねぎ 15 だし 4	みそ汁 10 かたくり粉 15 三温糖 100 みそ 4	みそ汁 15 だしこん 15 にんじん 10 うすくちしょうゆ 0.1 食塩 2 だし 100	