



8がつのこんだて



2020年度

いしだほいくえん

曜日	献立名	食 材	おやつ	曜日	献立名	食 材	おやつ
月 24	ごはん・牛乳 八宝菜 中華きゅうり エッグサラダ	ごはん・牛乳 豚肉30・キャベツ30・玉ねぎ20 筍5・しめじ5・もやし10・人参10 きゅうり30 卵20・ほうれん草25・ハム8	ちんすこう 小麦粉 砂糖 ラード・塩	月 3 31	ごはん・牛乳 鶏のねぎマヨ焼 酢味噌和え みそ汁	ごはん・牛乳 鶏肉50・ねぎ5 小松菜20・人参7・竹輪10 かぼちゃ25・玉ねぎ20 人参7・ねぎ2	プルーンのケーキ プルーン 薄力粉・砂糖 卵・無塩バター
火 11 25	ごはん・牛乳 鶏のひじき揚げ 甘酢和え みそ汁	ごはん・牛乳 鶏むね肉35・ひじき1.5 グリーンピース5・コーン5・人参3 キャベツ35・りんご15 豆腐20・玉ねぎ20・舞茸7・ねぎ2	ツナトースト 食パン ツナ缶・マヨネーズ 玉ねぎ・チーズ	火 4 18	ごはん・牛乳 メンチカツ ビーフンサラダ かきたま汁	ごはん・牛乳 豚ミンチ40・キャベツ20・玉ねぎ10 ビーフン8・きゅうり7 人参7・パイン缶5 卵15・玉ねぎ15・人参7・ほうれん草10	マカロニきな粉 マカロニ きな粉 砂糖・塩
水 12 26	ごはん・牛乳 ムニエル おひたし 冷製パンクンスープ	ごはん・牛乳 カレイ50・バター3 ほうれん草30・人参15 かぼちゃ80・玉ねぎ20 牛乳45・生クリーム3	カルピスゼリーとせんべい カルピス ゼラチン せんべい	水 5 19	ごはん・牛乳 サワラの照り焼き おから みそ汁	ごはん・牛乳 サワラ50 おから7.5・油揚げ5 人参8・干椎茸0.5・ねぎ4 玉ねぎ20・平茸7・えのき5・人参7・ねぎ2	ういろう 白玉粉 米粉・砂糖 水・黒糖
木 13 27	ごはん・牛乳 大豆の中華煮 きゅうりひじきサラダ 中華スープ	ごはん・牛乳 大豆10・豚肉10・人参10 筍10・ねぎ5・干椎茸0.5 きゅうり25・ひじき7・春雨2.5・コーン7 玉ねぎ10・人参7・ニラ2	ポテケージョ じゃが芋・片栗粉 薄力粉・牛乳 青のり・チーズ	木 6 20	牛乳 冷麺 ねばねば三菜炒め フルーツ	牛乳 中華麺100・ハム12・トマト20 ツナ15・きゅうり12・もやし20 豚肉15・山芋25・オクラ10・卵A1枚8 パイナップル50	ライスコロッケ ごはん・玉ねぎ・コーン・牛乳 人参・鶏もも肉・バター・食塩 カレー粉・小麦粉・パン粉・油
金 14 28	ごはん・牛乳 チーズオムレツ チンゲンサイのソテー みそ汁	ごはん・牛乳 卵25・牛乳10・ほうれん草20・チーズ10 ベーコン7・じゃが芋20・玉ねぎ15 チンゲンサイ20・もやし20・ツナ10 そうめん7・ナス20・油揚げ5・ねぎ2	ヨーグルトケーキ ヨーグルト・生クリーム 砂糖・レモン汁 ゼラチン・クッキー・バター	金 7 21	ごはん・牛乳 豆腐ミートグラタン ほうれん草サラダ コンソメスープ	ごはん・牛乳 豆腐50・合挽20・ナス10・人参10・玉ねぎ20 トマト缶4・にんにく1・パン粉・チーズ ほうれん草30・人参7・きゅうり10 ベーコン5・セロリ5・玉ねぎ10・キャベツ15・コーン5	かぼちゃのおもち かぼちゃ・白玉粉 醤油・砂糖 片栗粉
土 1 15 29	牛乳 牛丼 こんにゃくサラダ フルーツ	牛乳 ごはん・牛肉30・玉ねぎ30 糸こんにゃく10・ねぎ3 板こんにゃく15・きゅうり25・人参7・ごま2 りんご50	コーンおにぎり とうもろこし ごはん 醤油	土 8 22	牛乳 お好み焼き 枝豆とミニトマト みそ汁	牛乳 豚肉20・キャベツ60・竹輪10・ねぎ5 ソース・マヨネーズ・あおさ・かつお 枝豆35・ミニトマト20 玉ねぎ20・わかめ1.5・えのき7	オレンジケーキ ホットケーキミックス ママレードジャム ヨーグルト・牛乳
誕 生 会 17	牛乳 ビビンバ 春雨サラダ ワンタンスープ フルーツ	牛乳 ごはん・牛ミンチ25・ほうれん草25・大根20・もやし10・人参10 春雨5・きゅうり10・卵7・ハム10 ワンタン3・白菜20・玉ねぎ10・人参7・ニラ2 ぶどう40	ピザ 強力粉・薄力粉・オリーブオイル 砂糖・食塩・DE・ピザソース・白みそ チーズ・ピーマン・ベーコン・玉ねぎ				

※乳児はおやつにも牛乳を飲みます。

※1・2歳児の量は上記の2/3が目安です。

栄養給与目標値

乳児450 kcal・幼児580 kcal

(完全給食 おやつを含む)

*やむをえずメニュー変更する

時があるかもしれません