

献立一覧表

2024年 6月 (分量は純使用量)

[長寿院保育園3歳以上児]

Main menu table with columns for dates (3月 to 15日) and rows for various food items and their quantities. Includes categories like 朝食, 昼食, and 夕食.

*都合により献立を変更することがあります。

◎ 献立一覧表 ◎

2024年 6月 (分量は純使用量)

[長寿院保育園3歳以上児]

	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)
昼食	七分つき玄米ごはん 米、七分つき米 50	◎世界の料理～フランス～ ロールパン 40	七分つき玄米ごはん 米、七分つき米 50	塩だれそばめし 中華めん、ゆで 米、七分つき米 30 25	七分つき玄米ごはん 米、七分つき米 50	しょうゆラーメン 中華めん、生 カットわかめ 100 1
	鶏肉の照り焼き 鶏もも、皮つき、若鶏 60	かれのいのマヨチーズ かかれい 35 0.1	五目マーボー豆腐 鶏ひき肉 30	豚ひき肉 20	新じゃがコロケ じゃがいも 50	もやし 15
	いんげん 3	マヨネーズ 7	木綿豆腐 50	キャベツ 30	合挽き肉 25	豚コース、脂身付、中型種 15
	みりん風調味料 7	食塩 4	たまねぎ 10	にんじん 8	たまねぎ 15	スイートコーン 5
	こいくちしょうゆ 3	マヨネーズ 4	生しいたけ 5	うすくちしょうゆ 2	食塩 1	菜ねぎ 1
	切り干し大根のサラダ 5	パルスザンチーズ 2	にんじん 7	だし、かつお 1	こしよ、混合、粉 0.1	だし、かつお 1
	切干しいんげん 7	パセリ、乾 0.1	こいくちしょうゆ 2	食塩 1	パン、粉、乾燥 5	うすくちしょうゆ 3
	にんじん 5	ラオウサイ 1	赤色辛みそ、米みそ 1	小松菜とおあげのお浸し こまつな 30	サラダ油 5	みりん風調味料 1.5
	きゅうり 3	ズッキーニ、生 15	車糖、上白糖 1	油揚げ 6	ケチャップ 5	きゅうり 35
	こいくちしょうゆ 3	赤ピーマン、生 5	かたくり粉 1	みりん風調味料 3	キャベツとコーンのサラダ キャベツ 20	カットわかめ 0.5
車糖、上白糖 1	たまねぎ 10	春雨の中重サラダ はるさめ 5	きゅうり 7	にんじん 2	ちりめんじゃこ 1	
穀物酢 3	トマト、ピューレー 10	卵 5	にんじん 5	きゅうり 5	穀物酢 4	
食塩 0.1	ケチャップ 2	卵 5	えのきたけ 1	スイートコーン 3	車糖、上白糖 1.5	
高野豆腐の卵とじ 10	キョリディハトウール 10	野菜スープ 10	えのきたけ 10	穀物酢 2	だし、かつお 1	
凍り豆腐 7	じゃがいも 10	チンゲンサイ 10	食塩 0.5	車糖、上白糖 1	ブルーツ:オレンジ 60	
鶏ひき肉 5	にんじん 5	スイートコーン 10	菜ねぎ 1	サラダ油 1		
にんじん 7	セロリ、生 5	菜ねぎ 1	だし、かつお 1	ごぼうと豆腐の味噌汁 ごぼう 8		
卵 5	パセリ、乾 2	だし、かつお 1	グレープフルーツゼリー グレープフルーツ飲料、濃縮還元 40	絹ごし豆腐 10		
グリーンピース 2	だし、かつお 1	みりん風調味料 1	菜ねぎ 1	淡色辛みそ、米みそ 4		
車糖、上白糖 2	ブルーツ:バナナ 30	バナナ 60	寒天 2	だし、かつお 1		
うすくちしょうゆ 3			車糖、上白糖 3	ブルーツ:バナナ バナナ 30		
だし、かつお 1						
昼間食	じゃがいもクラッカー 薄力粉 18	ビスケット ビスケット、ソフト 12	オレンジゼリー オレンジ飲料、濃縮還元 40	全粒粉クラッカー お菓子 15	野菜バー お菓子 20	醤油かき揚げ 甘辛せんべい 10
	じゃがいも 10	牛乳 普通牛乳 150	寒天 0.8	牛乳 普通牛乳 150	牛乳 普通牛乳 150	牛乳 普通牛乳 150
	オリーブ油 6.4		車糖、上白糖 4			
	食塩 0.2		みかん缶詰、果肉 10			
	牛乳 普通牛乳 150		牛乳 普通牛乳 150			
昼食	七分つき玄米ごはん 米、七分つき米 50	夏野菜のカレーライス 米、七分つき米 60	◎料理長おまかせメニュー 梅ひきごはん 米、七分つき米 50	七分つき玄米ご飯 米、七分つき米 50	七分つき玄米ごはん 米、七分つき米 50	ミートスパゲティ スパゲッティ、乾 30
	さばの照り焼き 35	豚肉スライス 25	梅干し 3	鶏肉のからあげ 鶏もも、皮つき、若鶏 53.5	スパニッシュオムレツ 卵 50	たまねぎ 20
	こいくちしょうゆ 4	たまねぎ 20	ほしひじき 3	料理酒 1.5	じゃがいも 20	生しいたけ 2
	みりん風調味料 4	じゃがいも 10	だし、かつお 5	こいくちしょうゆ 1.5	たまねぎ 15	青ピーマン 3
	揚げ出し豆腐の野菜あん 30	ズッキーニ、生 7	みりん風調味料 5	片栗粉 6.4	ウインナー 10	牛ひき肉 20
	木綿豆腐 1	なす 5	うすくちしょうゆ 2	サラダ油 3	フロセスチーズ 0.5	豚ひき肉 20
	生しいたけ 2	グリーンピース 10	食塩 0.5	もやし 20	食塩 9	トマト、ピューレー 30
	菜ねぎ 1	カルメルウ 5	赤魚西京焼きズッキーニ2種焼き もやし 5	きゅうり 5	ケチャップ 10	ケチャップ 1
	にんじん 3	卵炒りたまご 10	あかうお 60	にんじん 5	だし、かつお 1	ケチャップ 1
	うすくちしょうゆ 3	たまねぎ 10	甘みそ、米みそ 4	にんじん 4	マカロニサラダ マカロニ 3.5	ツナサラダ キャベツ 20
みりん風調味料 3	卵 10	みりん風調味料 2	車糖、上白糖 1.5	きゅうり 5	にんじん 5	
だし、かつお 3	きゅうり 7	料理酒 3	食塩 0.2	たまねぎ 5	きゅうり 5	
かたくり粉 2	キャベツ 15	車糖、上白糖 3	だし、かつお 1	にんじん 5	シーチキン 5	
サラダ油 0.5	穀物酢 2	ズッキーニ、生 10	白菜とにんじんの味噌汁 はくさい 15	マヨネーズ 5	食塩 0.1	
菜ねぎ 2	うすくちしょうゆ 2	だし、かつお 1	にんじん 5	野菜スープ にんじん 5	車糖、上白糖 0.5	
しめじと湯葉のすまし汁 ぶなしめじ 8	車糖、上白糖 1	みりん風調味料 1	菜ねぎ 4	オクラ、生 10	穀物酢 2	
湯葉、干し 0.5	米ぬか油 0.5	うすくちしょうゆ 1	淡色辛みそ、米みそ 1	だし、かつお 2	サラダ油 0.5	
菜ねぎ 1	フルーツヨーグルト 10	冬瓜の霜巻そぼろ煮 とうがん 30	だし、かつお 1	ブルーツ:バナナ バナナ 40	ブルーツ:バナナ バナナ 30	
うすくちしょうゆ 1.5	フルーツヨーグルト 10	ムキエビ 10	ブルーツ:バナナ バナナ 30			
食塩 0.3	ヨーグルト、全脂無糖 40	えだまめ 1				
だし、かつお 1		うすくちしょうゆ 2				
ブルーツ:オレンジ パレンシアオレンジ 60		みりん風調味料 2				
		だし、かつお 1				
		かたくり粉 1				
		じゅんさいと湯葉のお吸い物 湯葉、干し 5				
		じゅんさい、水煮びん詰 7				
		三つ葉 1				
		うすくちしょうゆ 1.5				
		食塩 0.3				
		だし、かつお 1				
		初夏のフルーツゼリー ペインアップル 5				
		メロン 7				
		りんご飲料、濃縮還元 40				
		寒天 0.4				
		車糖、上白糖 4				
昼間食	水ようかん こしあん 20	いもかりんとう 芋かりんとう 20	ディアマンクッキー 卵 3.3	豆乳クリームクラッカーサンド ソーダクラッカー 16	ほろほろ焼き(塩) 塩せんべい 5	ビスケット ビスケット、ソフト 12
	車糖、上白糖 1	牛乳 普通牛乳 150	車糖、上白糖 4	豆乳 10	牛乳 普通牛乳 150	牛乳 普通牛乳 150
	食塩 0.1		薄力粉 9.6	てんさい含蜜糖 4.5		
	寒天 1		無塩バター 6.6	米粉 0.7		
	牛乳 普通牛乳 150		チョコレート 2	牛乳 普通牛乳 150		
			牛乳 普通牛乳 150			
昼間食						

*都合により献立を変更することがあります。