こんだて

令和6年度　4月

ひよこ組

曜	月	火	水	木	金	土
日	1 ・ 15	2 ・ 16 ・ 30	3 ・ 17	4 ・ 18	5 ・ 19	20
昼食	竜田揚げ じゃが芋のごま和え みそ汁	ひじきハンバーグ スパゲティソテー みそ汁	パン カレーシチュー コーンサラダ	さばの幽庵焼き 白和え すまし汁	鶏肉のカレー照り焼き きゃべつのツナ和え みそ汁	ひじきごはん 里芋と豚肉のみそ煮 すまし汁
おやつ	せんべい	ハイハイン	かんぱん	せんべい	ハイハイン	かんぱん
	牛乳 チーズ蒸しパン	牛乳 せんべい	牛乳 きらきらゼリー	牛乳 パン粉クッキー	牛乳 メープルパン	牛乳 ビスコ

食材名	g	食材名	g	食材名	g	食材名	g	食材名	g	食材名	g
せんべい	36	せんべい		かんぱん		せんべい		ハイハイン		かんぱん	
米	40	米	36	強力粉	28	米	36	米	36	米	40
	1.6			ドライイースト	0.24					かぼちゃ	16
さわら	1.6	合ひき肉	32	マーガリン	2.8	さば	40	鶏肉	40	ひじき	0.56
酒	2.4	ひじき	0.24	塩	0.4	しょうゆ	2.4	にんにく	0.16	人参	3.2
しょうゆ	2	人参	1.6	さとう	1.8	酒	0.8	カレー粉	0.24	油	1.6
小麦粉	2.4	玉ねぎ	12	スキムミルク	0.8	レモン汁	0.8	小麦粉・油	1.6・0.7	ざらめ	1.6
片栗粉		パン粉	4	牛乳	22			しょうゆ	2.4	しょうゆ	2
油	28	牛乳	5.6			ほうれん草	8	みりん	2.4		
	16	塩	0.08	豚肉	24	ひじき	1.2			里芋	48
じゃが芋	2.4	トマトケチャップ	5.6	じゃが芋	32	人参	3.2	きゃべつ	24	豚肉	32
小松菜	0.8	ウスターソース	1.6	玉ねぎ	40	豆腐	28	ツナ	8	しょうが	0.8
ごま	2			人参	8	ごま	1.6	コーン	8	ざらめ	2.4
さとう	3.2	スパゲティ	9.6	油	0.8	ざらめ	1.6	しょうゆ	1.6	みそ	2.4
しょうゆ		きゃべつ	24	カレールウ	8	しょうゆ	2.4	さとう・酢	0.8・0.8	油	0.8
昆布・かつおだし	24	コーン	6.4	牛乳	40	昆布・かつおだし	2.4			昆布・かつおだし	24
	8	人参	4	スキムミルク	2.4			麩・しめじ	3.28	しょうゆ	0.8
大根	1.6	油	1.6	ブロッコリー	8	麩	8	わかめ	0.24		
人参	4.8	しょうゆ	1.6			かまぼこ	4	みそ	4.8	麩	3.2
ねぎ	100			コーン	8	ねぎ	1.6	かつおだし	100	人参	4
みそ		豆腐	28	きゃべつ	24	塩	0.16			ねぎ	1.6
かつおだし	80	玉ねぎ	12	きゅうり	8	しょうゆ	0.8	牛乳	80	塩	0.16
		わかめ	0.3	人参	4	昆布・かつおだし	100			しょうゆ	0.8
牛乳	20	みそ	4.8	酢・油	2.4・1.6			強力粉	10.7	昆布・かつおだし	100
	10	かつおだし	100	しょうゆ	1.6	牛乳		小麦粉	2.7		
ホットケーキミックス	6							さとう	2	牛乳	80
卵	3	牛乳	80	牛乳	80	パン粉	80	塩・卵	0.16・1.4		
さとう	13					小麦粉		マーガリン	1.4	ビスコ	
油	5	せんべい		りんごジュース	32	ベーキングパウダー	4	スキムミルク	0.4		
牛乳				寒天	0.32	バター	8	メープルシロップ	3.2		
粉チーズ				さとう	1.6	さとう	0.4	強力粉	1.6		
				さとう	3.2	卵	5.6	さとう	0.4		
				パイン缶	12	レーズン	4	牛乳	4.4		
				みかん缶	12	スキムミルク	6.4	バター	0.7		

曜	月	火	水	木	金	土
日	8 ・ 22	9 ・ 23	10 ・ 24	11 ・ 25	12 ・ 26	13 ・ 27
昼食	ハヤシライス ヨーグルトサラダ	西京焼き ひじき煮 みそ汁	豚肉の和風ソース炒め かぼちゃ煮 みそ汁	フィッシュキャロット いんげんのソテー スープ	揚げ鶏の甘酢漬け 土佐和え すまし汁	わかめごはん そぼろ肉じゃが みそ汁
おやつ	せんべい	ハイハイン	かんぱん	せんべい	ハイハイン	かんぱん
	牛乳 サッポロポテト	牛乳 チーズパン	牛乳 ポテトもち	牛乳 マーブル蒸しパン	牛乳 クラッカーサンド	牛乳 おっとっと

食材名	g	食材名	g	食材名	g	食材名	g	食材名	g	食材名	g
せんべい		ハイハイン		かんぱん		せんべい		ハイハイン		かんぱん	
米	48	米	36	米	36	米	38	米	36	米	40
合ひき肉	24									わかめ	0.64
じゃが芋	24	さわら	40	豚肉	40	ほき	40	鶏肉	40	しらす	4
玉ねぎ	64	みそ	4.8	しょうゆ	0.8	人参	8	しょうゆ	2	人参	5.6
人参	8	みりん	2.4	油	0.4	マヨネーズ	4	片栗粉	4	ざらめ	1.24
油	0.8	酒	2.4	りんご	4.6	ヨーグルト	3.2	油	2.4	しょうゆ	2
ハヤシルウ	14.4			酒	0.3	粉チーズ	1.3	さとう	1.6	油	2.4
グリンピース	2.5	ひじき	2.4	酢	0.8	しょうゆ	0.4	しょうゆ	1.6		
		油揚げ	8	しょうゆ	0.8	パセリ	0.16	酢	1.6	豚ひき肉	24
バナナ	16	人参	4	さとう	1.2					じゃが芋	40
みかん缶	16	ざらめ	2			いんげん	24	きゃべつ	28	玉ねぎ	32
パイン缶	16	しょうゆ	2.2	かぼちゃ	40	コーン	8	小松菜	8	人参	8
りんご	8	酒	2.4	ざらめ	1.5	油	1.6	人参	4	糸こんにゃく	12
キウイフルーツ	1.6	昆布・かつおだし	2.4	しょうゆ	0.4	塩	0.16	花かつお	0.4	グリンピース	2.4
ヨーグルト	12							しょうゆ	1.6	ざらめ	2.4
スキムミルク	2.4	きゃべつ	28	かぶ	24	じゃが芋	24	昆布だし	0.7	しょうゆ	3.6
		人参	8	油揚げ	8	玉ねぎ	8			みりん	3.6
牛乳	80	小松菜	4	ねぎ	1.6	わかめ	0.3	豆腐	35	昆布・かつおだし	32
		みそ	4.8	みそ	4.8	コンソメ	1.8	えのき	8	油	0.8
サッポロポテト		かつおだし	100	かつおだし	100			ねぎ	1.6		
						牛乳	80	塩	0.2	きゃべつ	28
		牛乳	80	牛乳	80			しょうゆ	0.8	しめじ	8
						ホットケーキミックス	16	昆布・かつおだし	100	ねぎ	1.6
		強力粉	17.8	じゃが芋	48	卵	4			みそ	4.8
		ドライイースト	0.24	片栗粉	8.8	油	2.4	牛乳	80	かつおだし	100
		マーガリン	1.8	マーガリン	2.4	牛乳	9.6				
		さとう	1.2	ざらめ	2.8	さとう	3.2	クラッカー	16	牛乳	80
		塩	0.3	しょうゆ	2.1	きな粉	1	生クリーム	2.4		
		卵	2.1		0.1	さとう	1	さとう	0.8	おっとっと	
		スキムミルク	0.4					レーズン	1.6		
		チーズ	4								
		ミックスチーズ	4								