



令和6年度 7月

ひよこ組

曜	月	火	水	木	金	土						
日	1・29	2・16・30	3・17・31	4・18	5・19	6・20						
屋食	梅ごはん さらさ豆腐のあんかけ みそ汁	魚のピカタ ベイドポテト スープ	利休焼 ツナサラダ みそ汁	夏野菜のトマト煮 きやべつのレモンドレッシング カルピスゼリー	そうめん 怪獣揚げ ささみときやべつのごま和え	夏の混ぜご飯 そぼろ肉じゃが みそ汁						
おやつ	バナナ 牛乳 ウインナーパン	かんぱん 牛乳 黒糖ちんすこう	すいか シャーベット	バナナ 牛乳 コーン蒸しパン	せんべい 牛乳 フルーツポンチ	ハイハイ 牛乳 ぼんち揚げ						
	食材名	g	食材名	g	食材名	g	食材名	g	食材名	g		
	バナナ		かんぱん		すいか		バナナ		せんべい		ハイハイ	
	米	40	米	35	米	35	米	35	そうめん	35	米	33
	梅干し	2.4							みりん	9.6	鮭	8
	大葉	0.3	ホキ	40	豚肉	40	ウインナー	24	しょうゆ	12	野沢菜	4
	しらす干し	2.4	塩	0.2	ごま	2.4	なす	24	さらめ	1.2	枝豆	5.6
	鶏ひき肉	20	小麦粉	2.4	さとう	2	かぼちゃ	28	昆布・かつおだし	120	さとう	1.4
	豆腐	24	卵	4.8	しょうゆ	2	玉ねぎ	20			酢	2.4
	油	0.4	玉ねぎ	8			にんにく	0.16	さつま芋	24		
	干しいたけ	4	にんにく	0.24	スパゲティ	6.4	トマト	20	ちくわ	8	豚ひき肉	24
	人参	4	トマト	12	ツナ	9.6	ケチャップ	9.6	人参	4.8	じゃが芋	48
	竹の子	2.4	塩	0.16	玉ねぎ	2.4	油	0.8	ピーマン	2.4	玉ねぎ	32
	きぬさや	4	ざらめ	0.4	レモン	1.6	きやべつ	40	小麦粉	12	人参	8
	片栗粉	3.2	コンソメ	0.5	きやべつ	16	きゅうり	10	卵	6.4	糸こんにやく	12
	ざらめ	1.2	バター	0.8	人参	4	きゅうり	10	油	4	グリーンピース	2.4
	しょうゆ	0.8			きゅうり	12	レモン	3	ささみ	16	ざらめ	2.4
	塩・油	0.4・2.4	じゃが芋	40	マヨネーズ	5.6	さとう	1.5	きやべつ	24	しょうゆ	3.6
	ざらめ	2.4	きやべつ	24	豆腐	24	しょうゆ	1.5	人参	4.8	みりん	3.6
	しょうゆ	2.4	もやし	12	えのき	12			オクラ(5日)	4	昆布・かつおだし	32
	片栗粉	0.2	ねぎ	1.6	わかめ	0.24	カルピス	12	ごま	2.4	油	0.7
	かぼちゃ	24	ねぎ	1.6	みそ	4.8	アガー	1.2	さとう	2.4	きやべつ	24
	玉ねぎ	16	コンソメ	1.2	かつおだし	100	牛乳	80	酢	4	しめじ	12
	わかめ	0.24							しょうゆ	4	わかめ	0.24
	みそ	4.8	牛乳	80	シャーベット	80	ホットケーキミックス	20			みそ	4.8
	かつおだし	100	小麦粉	16			卵	10	牛乳	80	かつおだし	100
	牛乳	80	油	6.4			さとう	6			牛乳	80
	強力粉	13.5	さとう	3.2			油	3	寒天	0.16		
	マーガリン	0.6	黒さとう	3.2			牛乳	13	さとう	3.2		
	塩・さとう	0.2・0.7	塩	0.08			コーン	10	みかん缶	16	ぼんち揚げ	
	スキムミルク	0.5							パイ缶	16		
	ウインナー	16							キウイフルーツ	8		
	トマトケチャップ	2.4							さとう	5		

曜	月	火	水	木	金	土						
日	8・22	9・23	10・24	11・25	12・26	27						
屋食	タンダーリーチキン ブロッコリーサラダ スープ	豚肉といかのごまだれ炒め 土佐和え みそ汁	あじの南蛮漬け かぼちゃ煮 かき卵汁	ハンバーグ いんげんのソテー みそ汁	パン ポークビーンズ ヨーグルトサラダ	酢豚 スープ						
おやつ	バナナ 牛乳 もちもちチーズパン	かんぱん 牛乳 コロネ	すいか アイスクリーム ホームパイ	せんべい 牛乳 クレープ	ハイハイ 牛乳 かぼちゃようかん	せんべい 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		
	バナナ		かんぱん		すいか		せんべい		ハイハイ		せんべい	
	米	35	米	35	米	35	米	35	強力粉	28	米	35
	鶏肉	40	豚肉	32	あじ	40	ピーマン	6	マーガリン	2.8	豚肉	32
	玉ねぎ	12	いか	12	片栗粉	2	合ひき肉	32	塩	0.4	しょうが	1.6
	ヨーグルト	8	ざらめ	2.4	油	2.4	玉ねぎ	12	さとう	1.8	しょうゆ	2.4
	トマトケチャップ	4	しょうゆ	2.4	玉ねぎ	8	卵	2.4	スキムミルク	0.8	片栗粉	4
	カレー粉	0.16	ごま	2.4	人参	4	パン粉	1.6	牛乳	21	油	1.6
	ブロッコリー	16	油	0.4	ピーマン	4	トマトケチャップ	1.6	大豆	16	干しいたけ	0.4
	きゅうり	4	きやべつ	28	しょうゆ	2.4	ウスターソース	1.6	豚肉	16	玉ねぎ	40
	きやべつ	16	小松菜	8	さとう	2.4	小麦粉	1.6	ベーコン	8	人参	12
	人参	4	花かつお	0.4	酢	2.4	いんげん	24	玉ねぎ	40	ピーマン	8
	酢	2.4	しょうゆ	1.6	昆布・かつおだし	16	コーン	8	じゃが芋	32	じゃが芋	16
	油	1.2	昆布だし	0.7	かぼちゃ	40	油・塩	0.8・0.16	人参	8	ざらめ	1.6
	さとう	0.8			ざらめ	1.5			コンソメ	0.4	しょうゆ	0.8
	塩	0.08			しょうゆ	0.8	きやべつ	28	トマト	3.2	しょうゆ	0.8
	じゃが芋	28	冬瓜	24	卵	16	人参	6.4	トマトケチャップ	8	鶏ガラ	0.8
	玉ねぎ	16	油揚げ	4.8	かまぼこ	2.4	わかめ	0.2	ざらめ	0.7	油	0.8
	わかめ	0.2	ねぎ	2.4	みそ	2.4	みそ	4.8	ウスターソース	1.2		
	コンソメ	1.2	かつおだし	100	ねぎ	2.4	かつおだし	100	油	0.4	きやべつ	24
	牛乳	80			塩	0.16	牛乳	80	バナナ	16	人参	8
	白玉粉	14	牛乳	80	しょうゆ	0.8	小麦粉	6.4	みかん缶	16	春雨	8
	塩	0.1	強力粉	10	昆布・かつおだし	120	卵	5.6	パイ缶	16	鶏ガラ	1.2
	牛乳	12.8	小麦粉	3.2	アイスクリーム	60	牛乳	16.4	りんご	8	牛乳	80
	粉チーズ	4.8	マーガリン	1.2	ホームパイ		さとう	2	キウイフルーツ	1.6	ビスコ	
	油	1.6	さとう	1.2			バター	1.2	ヨーグルト	12		
			塩	0.16			塩・卵	0.1・0.4	スキムミルク	2.4		
			スキムミルク	1.2			さとう	3.2	牛乳	80		
			生クリーム	6.4			小麦粉	1.3	かぼちゃ	40		
			さとう	1.8			牛乳	12.8	寒天	0.2		
			いちごジャム	3			バナナ	8	さとう・塩	5.2・0.08		