



令和8年度

ひよこ組

曜	月		火		水		木		金		土	
日	13・27		14・28		1・15・29		2・16・30		3・17・31		4・18	
昼食	白身魚のケチャップ炒め もやしのごま酢和え みそ汁		夏野菜のトマト煮 きゃべつのレモンドレッシング カルピスゼリー		揚げ鶏の甘酢漬け 和風サラダ すまし汁		チンジャオロース 粉ふき芋 スープ		鮭のポテト焼き ナポリタン みそ汁		夏の混ぜごはん そぼろ肉じゃが すまし汁	
おやつ	ポーロ		バナナ		せんべい		りんご		かんぱん		せんべい	
	牛乳 ウインナーパン		牛乳 コーンケーキ		シャーベット		牛乳 フレンチマフィン		パンナコッタ		牛乳 ビスコ	
	食材名		g		食材名		g		食材名		g	
	ポーロ		バナナ		せんべい		りんご		かんぱん		せんべい	
	米	35	米	35	米	35	米	35	米	35	米	36
	たら・塩	40・0.08	鶏肉	24	鶏肉	44	豚肉	35	鮭	40	鮭	8
	片栗粉・油	2.4・1.6	なす	24	しょうゆ	2	竹の子	16	塩	0.08	みぶ菜	4
	玉ねぎ	12	かぼちゃ	28	片栗粉	4	ピーマン	4	じゃが芋	16	枝豆	4
	にんにく	0.08	玉ねぎ	20	油	2.4	酒	2.4	牛乳	1.6	さとう	1.4
	しょうが	0.4	にんにく	0.2	さとう	1.6	片栗粉	2.4	マーガリン	1.6	酢	2.4
	酒・みりん	2.4・1.2	トマト	20	しょうゆ	1.6	鶏ガラ	0.4	塩	0.08	豚ひき肉	28
	トマトケチャップ	6.4	トマトケチャップ	10	酢	1.6	さとう	0.6	青のり	0.08	じゃが芋	48
	さとう	0.8	油	0.8			しょうゆ	2.4			玉ねぎ	32
	ごま油	0.8			かにかまぼこ	8	酒	2.4	スパゲティ	12	人参	8
			きゃべつ	32	きゃべつ	24	しょうが	0.4	玉ねぎ	10	糸こんにゃく	12
	きゅうり	12	きゅうり	8	きゅうり	8	にんにく	0.08	ピーマン	2.4	ざらめ	2.4
	もやし	30	人参	2.4	酢	2.4	ごま油	0.8	ウインナー	4	しょうゆ	3.6
	人参	6.4	レモン	2.4	油	1.2			トマトケチャップ	6.4	みりん	3.6
	ごま・酢	1.6・4	さとう	1.2	しょうゆ	1.2	じゃが芋	40	油	1	昆布・かつおだし	32
	さとう	1.6	しょうゆ	1.2			塩	0.16			油	0.8
	しょうゆ	1.6			豆腐	28	みりん	0.8	きゃべつ	24	麩	3.2
	麩	3.2	寒天	0.16	ほうれん草	4	油揚げ	20	ねぎ	5	えのき	12
	しめじ	12			塩	0.16	冬瓜	24	みそ	5	わかめ	0.24
	ねぎ	2	牛乳	80	しょうゆ	0.8	コーン	8	かつおだし	100	塩	0.16
	みそ	6			昆布・かつおだし	100	かにかまぼこ	4			しょうゆ	0.8
	かつおだし	100	ホットケーキミックス	15.5			鶏ガラ	1.2	牛乳	48	昆布・かつおだし	120
			卵	15	シャーベット	90			生クリーム	8		
	牛乳		さとう	8			牛乳	80	さとう	4	牛乳	80
	強力粉		バター	6					ゼラチン	0.7		
	マーガリン		スキムミルク	2			食パン・卵	6.4・12	キャラメルシロップ	8	ビスケット	
	塩・さとう	13.6	コーン	8			さとう	3.6	バナナ	6.4		
	スキムミルク	0.6					牛乳	16				
	ウインナー	0.24・0.7					小麦粉・油	10・2				
	トマトケチャップ	0.5					ベーキングパウダー	0.24				
							メープルシロップ	2.4				
曜	月		火		水		木		金		土	
日	6		7・21		8・22		9・23		10・24		11	
昼食	ツナがんも 土佐和え みそ汁		ひじきハンバーグ ポイル野菜 すまし汁		利休焼 ポテトサラダ スープ		パン クリームシチュー コーンサラダ		魚のおろし煮 かぼちゃのごま和え みそ汁		とうもろこしごはん 酢豚 スープ	
おやつ	せんべい		バナナ		りんご		かんぱん		バナナ		せんべい	
	牛乳 カスタードパン		牛乳 クッキー		アイスクリーム ハーベスト		牛乳 フルーツポンチ		牛乳 レモンミルクラスク		牛乳 ビスケット	
	食材名		g		食材名		g		食材名		g	
	せんべい		バナナ		りんご		かんぱん		バナナ		せんべい	
	米	35	米	35	米	35	強力粉	28	米	35	米	40
	木綿豆腐	40	合ひき肉	36	豚肉	40	マーガリン	2.8	さくら	40	とうもろこし	16
	ツナ・人参	16・4	ひじき	0.8	さとう	2	塩	0.4	片栗粉	3.2	バター	1.6
	グリーンピース	4	玉ねぎ	12	しょうゆ	2	さとう	1.8	油	1.2	塩	0.4
	卵・しょうが	8・1.6	人参	4	ごま	2.4	スキムミルク	0.8	大根	32	豚肉	32
	しょうゆ	1.6	パン粉	4			牛乳	22	ねぎ	2	しょうが	1.6
	片栗粉・油	2・3.2	トマトケチャップ	4	じゃが芋	32	鶏肉	32	昆布・かつおだし	24	しょうゆ	2.4
			ハヤシルウ	1.6	きゅうり	8	じゃが芋	32	みりん	3.2	片栗粉	4
	きゃべつ	28	チーズ(7日)	6	人参	4	玉ねぎ	40	しょうゆ	2.4	油	1.2
	小松菜	8			りんご	12	人参	8			干しいたけ	0.4
	人参	6.4	人参	16	マヨネーズ	5	ブロッコリー	12	かぼちゃ	40	玉ねぎ	40
	花かつお	0.4	ざらめ	16			コンソメ	2	ごま	1.6	人参	12
	しょうゆ	1.6	塩	0.08	豆腐	28	小麦粉	6.4	しょうゆ	1.2	ピーマン	8
	昆布だし	0.7	ブロッコリー	0.3	もやし	12	バター	1.6	ざらめ	1.2	じゃが芋	16
					わかめ	0.24	牛乳	40			ざらめ	1.6
	かぼちゃ	28	麩	3	コンソメ	1.2	生クリーム	2.4	きゃべつ	24	酢	1.6
	玉ねぎ	12	オクラ	4	アイスクリーム	60	スキムミルク	2.4	えのき	12	しょうゆ	0.8
	わかめ	0.24	かまぼこ	4					わかめ	0.2	鶏ガラ	0.8
	みそ	5	塩	0.16					みそ	4.8	油	0.4
	かつおだし	100	しょうゆ	0.8	ハーベスト		コーン	8	かつおだし	100		
			昆布・かつおだし	120			きゃべつ	24			きゃべつ	24
	牛乳	80	牛乳	80			きゅうり	8	牛乳	80	ねぎ	2
	強力粉	10					人参	6.4			わかめ	0.24
	小麦粉	2.4	小麦粉	12			酢	2.4	フランスパン	20	コンソメ	1.5
	さとう	2	ベーキングパウダー	0.2			油	1.2	バター	2.4		
	塩・牛乳	0.16・1.2	バター	6			しょうゆ	1.6	さとう	3.2	牛乳	80
	マーガリン	1.2	さとう	3			牛乳	80	スキムミルク	1.2		
	スキムミルク	0.4	卵	1.8					レモン	0.7	ビスケット	
	小麦粉・卵	1・10	きな粉	3.2			寒天・さとう	0.08・1.6				
	牛乳	2.4	スキムミルク	3			みかん缶	16				
	さとう	2.3	牛乳	3.2			バイン缶	16				
							キウイフルーツ	8				