くにみ子ども園　2026年11月　献立表

除去アレルゲン：卵・乳・赤魚

午前

2日（月）	乳児	幼児
牛乳		
果物		
牛乳	60.0	0.0
みかん缶	30.0	0.0

4日（水）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
全粒粉クラッカー	10.0	0.0

5日（木）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
あまからせん	10.0	0.0

6日（金）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
ミレービスケット	10.0	0.0

7日（土）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
豆乳クッキー	10.0	0.0

9日（月）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
やさいスナック	10.0	0.0

10日（火）	乳児	幼児
牛乳		
果物		
牛乳	60.0	0.0
バナナ	30.0	0.0

11日（水）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
畑のクラッカー	10.0	0.0

12日（木）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
あまからせん	10.0	0.0

13日（金）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
全粒粉クラッカー	10.0	0.0

14日（土）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
ミレービスケット	10.0	0.0

16日（月）	乳児	幼児
牛乳		
果物		
牛乳	60.0	0.0
みかん缶	30.0	0.0

17日（火）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
豆乳クッキー	10.0	0.0

18日（水）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
やさいスナック	10.0	0.0

19日（木）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
畑のクラッカー	10.0	0.0

20日（金）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
全粒粉クラッカー	10.0	0.0

昼食

2日（月）	乳児	幼児
牛乳		
ごはん		
豚肉の和風炒め		
チンゲン菜和え物		
すまし汁		
牛乳	0.0	150.0
白米	48.0	60.0
豚肉	36.0	45.0
玉ねぎ	20.0	25.0
人参	8.0	10.0
なす	8.0	10.0
天然だし	4.0	5.0
醤油	2.4	3.0
みりん	0.8	1.0
砂糖	1.6	2.0
酒	0.8	1.0
油	1.6	2.0
チンゲン菜	32.0	40.0
人参	4.0	5.0
天然だし	2.4	3.0
醤油	0.8	1.0
砂糖	0.1	0.1
大根	8.0	10.0
のべ板	4.0	5.0
とろろ昆布	0.4	0.5
天然だし	96.0	120.0
醤油	0.8	1.0
酒	0.8	1.0
みりん	1.6	2.0
塩	0.1	0.1

4日（水）	乳児	幼児
牛乳		
ごはん		
鶏のから揚げ		
白和え		
みそ汁		
牛乳	0.0	150.0
白米	48.0	60.0
鶏肉	48.0	60.0
しょうが	0.4	0.5
にんにく	0.4	0.5
醤油	1.6	2.0
みりん	1.6	2.0
酒	1.6	2.0
砂糖	0.6	0.8
塩	0.1	0.1
片栗粉	3.2	4.0
油	4.8	6.0
木綿豆腐	17.6	22.0
ほうれん草	20.0	25.0
人参	8.0	10.0
酒	0.8	1.0
砂糖	0.4	0.5
醤油	0.2	0.2
糸こんにゃく	5.6	7.0
白ごま	1.0	1.2
みそ	2.1	2.6
砂糖	1.3	1.6
醤油	0.2	0.2
玉ねぎ	12.0	15.0
わかめ	1.6	2.0
みそ	4.0	5.0
天然だし	96.0	120.0

5日（木）	乳児	幼児
牛乳		
ごはん		
アジの塩焼き		
大根のそぼろ煮		
みそ汁		
牛乳	0.0	150.0
白米	48.0	60.0
アジ	40.0	40.0
塩	0.1	0.1
酒	0.8	1.0
油	0.8	1.0
大根	28.0	35.0
豚肉	8.0	10.0
いんげん	4.0	5.0
人参	4.0	5.0
天然だし	16.0	20.0
醤油	1.6	2.0
砂糖	0.8	1.0
酒	1.6	2.0
椎茸	0.4	0.5
みそ	4.0	5.0
天然だし	96.0	120.0
玉ねぎ	9.6	12.0
人参	6.4	8.0
椎茸	0.4	0.5
みそ	4.0	5.0
天然だし	96.0	120.0

6日（金）	乳児	幼児
牛乳		
チキンカレー		
ブロッコリーサラダ		
果物		
牛乳	0.0	150.0
白米	56.0	70.0
鶏肉	16.0	20.0
じゃが芋	20.0	25.0
玉ねぎ	24.0	30.0
人参	8.0	10.0
カレールウ	16.0	20.0
ソース	0.2	0.3
ケチャップ	0.8	1.0
油	0.8	1.0
水	112.0	140.0
酒	1.6	2.0
塩	0.4	0.5
ごま油	1.6	2.0
ブロッコリー	28.0	35.0
ツナ	4.0	5.0
酢	0.8	1.0
醤油	0.8	1.0
砂糖	0.8	1.0
塩	0.1	0.1
バナナ	32.0	40.0

7日（土）	乳児	幼児
牛乳		
醤油ラーメン		
高野豆腐の煮物		
切干大根ナムル		
牛乳	0.0	150.0
中華麺	112.0	140.0
豚肉	16.0	20.0
玉ねぎ	16.0	20.0
人参	8.0	10.0
チンゲン菜	8.0	10.0
水	144.0	180.0
中華だし	0.8	1.0
醤油	4.0	5.0
酒	1.6	2.0
椎茸	0.4	0.5
砂糖	1.6	2.0
塩	0.1	0.1
ごま油	0.8	1.0
醤油	0.8	1.0
砂糖	0.4	0.5
酢	0.8	1.0
切干大根	2.4	3.0
人参	4.0	5.0
わかめ	1.6	2.0
塩	0.1	0.1
ごま油	0.8	1.0
醤油	0.8	1.0
砂糖	0.4	0.5
酢	0.8	1.0

9日（月）	乳児	幼児
牛乳		
ごはん		
鶏肉と根菜の煮物		
カリフラワー和え物		
みそ汁		
牛乳	0.0	150.0
白米	48.0	60.0
鶏肉	36.0	45.0
れんこん	12.0	15.0
人参	6.4	8.0
里芋	8.0	10.0
酒	0.8	1.0
いんげん	3.2	4.0
みりん	0.8	1.0
酢	0.8	1.0
砂糖	1.6	2.0
ごま油	1.6	2.0
醤油	2.4	3.0
天然だし	24.0	30.0
酒	0.8	1.0
みりん	0.8	1.0
小松菜	32.0	40.0
のべ板	4.0	5.0
砂糖	1.6	2.0
酢	0.8	1.0
中華だし	0.8	1.0
酒	1.2	1.5
醤油	0.8	1.0
油	0.8	1.0
砂糖	0.4	0.5
ごま油	1.6	2.0
カリフラワー	24.0	30.0
人参	4.0	5.0
天然だし	2.4	3.0
醤油	0.8	1.0
砂糖	0.4	0.5
塩	0.1	0.1
玉ねぎ	8.0	10.0
油揚げ	1.6	2.0
椎茸	0.4	0.5
みそ	4.0	5.0
天然だし	96.0	120.0

10日（火）	乳児	幼児
牛乳		
ロールパン		
バーベキューチキン		
小松菜サラダ		
コンソメスープ		
牛乳	0.0	150.0
ロールパン	40.0	50.0
鶏肉	48.0	60.0
ケチャップ	3.2	4.0
ソース	3.2	4.0
砂糖	0.8	1.0
酒	0.8	1.0
醤油	0.8	1.0
水	112.0	140.0
小松菜	32.0	40.0
のべ板	4.0	5.0
酢	0.8	1.0
ごま油	1.6	2.0
高野豆腐	4.4	5.5
グリンピース	2.4	3.0
油	0.8	1.0
砂糖	0.4	0.5
塩	0.1	0.1
人参	4.0	5.0
ベーコン	4.0	5.0
コンソメ	0.8	1.0
塩	0.1	0.1
醤油	0.8	1.0
酒	0.8	1.0
水	96.0	120.0

11日（水）	乳児	幼児
牛乳		
麻婆豆腐丼		
もやし塩昆布和え		
中華スープ		
牛乳	0.0	150.0
白米	56.0	70.0
木綿豆腐	40.0	50.0
豚肉	20.0	25.0
玉ねぎ	20.0	25.0
人参	12.0	15.0
にんにく	0.2	0.3
しょうが	0.2	0.3
水	56.0	70.0
赤みそ	2.4	3.0
みそ	4.0	5.0
砂糖	2.8	3.5
中華だし	0.8	1.0
酒	0.8	1.0
醤油	0.4	0.5
塩	0.2	0.2
水	96.0	120.0
緑豆もやし	20.0	25.0
ほうれん草	16.0	20.0
塩昆布	0.8	1.0
ごま油	0.8	1.0
人参	6.4	8.0
しめじ	4.0	5.0
わかめ	1.6	2.0
みりん	1.6	2.0
ごま油	1.6	2.0
中華だし	0.8	1.0
酒	0.8	1.0
醤油	0.4	0.5
塩	0.2	0.2
水	96.0	120.0

12日（木）	乳児	幼児
牛乳		
散らし寿司		
サケの西京焼き		
厚揚げの煮物		
すまし汁		
【七五三メニュー】		
牛乳	0.0	150.0
白米	48.0	60.0
酢	5.6	7.0
玉ねぎ	3.2	4.0
砂糖	3.2	4.0
塩	0.4	0.5
人参	6.4	8.0
椎茸	0.4	0.5
しょうが	0.2	0.3
れんこん	4.0	5.0
天然だし	12.0	15.0
醤油	1.6	2.0
砂糖	3.2	4.0
塩	0.4	0.5
酒	0.4	0.5
厚揚げ	32.0	40.0
鶏肉	6.4	8.0
グリンピース	2.4	3.0
天然だし	24.0	30.0
醤油	1.6	2.0
砂糖	1.6	2.0
酒	0.8	1.0
みりん	0.8	1.0
片栗粉	0.8	1.0
玉ねぎ	8.0	10.0
のべ板	4.0	5.0
麸	0.8	1.0
天然だし	96.0	120.0
醤油	0.8	1.0
酒	0.8	1.0
みりん	0.8	1.0
塩	0.1	0.1

13日（金）	乳児	幼児
牛乳		
ベーグル		
ポークチャップ		
キャベツサラダ		
コンソメスープ		
牛乳	0.0	150.0
ベーグル	40.0	50.0
豚肉	32.0	40.0
玉ねぎ	24.0	30.0
人参	12.0	15.0
マカロニ	3.2	4.0
ピーマン	4.0	5.0
ケチャップ	8.0	10.0
ソース	0.2	0.2
コンソメ	0.4	0.5
砂糖	0.8	1.0
油	0.8	1.0
キャベツ	32.0	40.0
ロースハム	4.0	5.0
酢	0.8	1.0
醤油	0.8	1.0
砂糖	0.4	0.5
塩	0.1	0.1
玉ねぎ	8.0	10.0
人参	4.0	5.0
マッシュルーム	4.0	5.0
コンソメ	0.8	1.0
塩	0.1	0.1
醤油	0.8	1.0
酒	0.8	1.0
水	96.0	120.0

14日（土）	乳児	幼児
牛乳		
スタミナ丼		
ブロッコリー和え物		
みそ汁		
牛乳	0.0	150.0
白米	56.0	70.0
鶏肉	36.0	45.0
玉ねぎ	16.0	20.0
チンゲン菜	8.0	10.0
人参	4.0	5.0
焼肉のたれ	5.6	7.0
砂糖	0.8	1.0
油	1.6	2.0
ブロッコリー	28.0	35.0
ちくわ	4.0	5.0
天然だし	2.4	3.0
醤油	0.8	1.0
砂糖	0.1	0.1
みそ	4.0	5.0
天然だし	96.0	120.0

16日（月）	乳児	幼児
牛乳		
皿うどん		
かぼちゃの煮物		
ほうれん草ナムル		
牛乳	0.0	150.0
ちゃんぽんめん	112.0	140.0
豚肉	8.0	10.0
キャベツ	32.0	40.0
玉ねぎ	16.0	20.0
人参	16.0	20.0
コーン	4.0	5.0
丸天	4.0	5.0
のべ板	4.0	5.0
牛乳	1.0	1.2
片栗粉	0.8	1.0
油	0.8	1.0
砂糖	0.8	1.0
酢	0.8	1.0
醤油	0.8	1.0
ごま油	0.8	1.0
砂糖	0.4	0.5
塩	0.1	0.1
白ごま	0.4	0.5

17日（火）	乳児	幼児
牛乳		
ロールパン		
ハンバーグきのこソース		
ブロッコリーチーズサラダ		
コンソメスープ		
牛乳	0.0	150.0
ロールパン	40.0	50.0
牛肉	16.0	20.0
豚肉	20.0	25.0
玉ねぎ	28.0	35.0
パン粉	3.2	4.0
パン粉	4.0	5.0
塩	0.2	0.2
しめじ	4.0	5.0
マッシュルーム	4.0	5.0
ビーフシチュールウ	2.4	3.0
砂糖	0.4	0.5
水	16.0	20.0
ブロッコリー	24.0	30.0
醤油	0.8	1.0
油	0.8	1.0
砂糖	0.4	0.5
塩	0.1	0.1
プロセスチーズ	4.0	5.0
酢	0.8	1.0
醤油	0.8	1.0
油	0.8	1.0
砂糖	0.4	0.5
塩	0.1	0.1
玉ねぎ	12.0	15.0
ベーコン	4.0	5.0
コンソメ	0.8	1.0
塩	0.1	0.1
醤油	0.8	1.0
酒	0.8	1.0
水	96.0	120.0

18日（水）	乳児	幼児
牛乳		
ごはん		
白身魚のフライ		
ほうれん草納豆和え		
豚汁		
牛乳	0.0	150.0
白米	48.0	60.0
豚肉	8.0	10.0
キャベツ	32.0	40.0
玉ねぎ	16.0	20.0
豚肉	20.0	25.0
玉ねぎ	28.0	35.0
小麦粉	3.2	4.0
パン粉	4.0	5.0
油	4.8	6.0
納豆	8.0	10.0
コーン	4.0	5.0
天然だし	2.4	3.0
醤油	0.8	1.0
砂糖	0.4	0.5
ほうれん草	32.0	40.0
ちくわ	4.0	5.0
人参	8.0	10.0
天然だし	2.4	3.0
醤油	0.8	1.0
砂糖	0.1	0.1
ホキ	40.0	40.0
酒	0.8	1.0
塩	0.1	0.1
小麦粉	1.6	2.0
みりん	0.8	1.0
油揚げ	6.4	8.0
豆腐	32.0	40.0
醤油	1.6	2.0
砂糖	1.6	2.0
酒	0.8	1.0
みりん	0.8	1.0
里芋	8.0	10.0
人参	6.4	8.0
みそ	4.0	5.0
天然だし	96.0	120.0

19日（木）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	0.0	150.0
白米	48.0	60.0
鶏肉	48.0	60.0
醤油	1.6	2.0
砂糖	1.6	2.0
油揚げ	6.4	8.0
わかめ	1.6	2.0
みりん	0.8	1.0
酒	1.6	2.0
麸	0.8	1.0
天然だし	144.0	180.0
油	4.8	6.0
片栗粉	1.6	2.0
醤油	4.8	6.0
砂糖	1.6	2.0
酒	0.8	1.0
みりん	0.8	1.0
塩	0.1	0.1
油	2.4	3.0
砂糖	0.4	0.5
塩	0.1	0.1
酢	0.8	1.0
醤油	0.8	1.0
油	0.8	1.0
砂糖	0.4	0.5
塩	0.1	0.1
酒	0.8	1.0
水	96.0	120.0

20日（金）	乳児	幼児
牛乳		
吉田のうどん風		
じゃが芋とひじきの煮物		
切干大根の甘酢漬け		
【郷土料理　山梨県】		
牛乳	0.0	150.0
うどん	112.0	140.0
鶏肉	16.0	20.0
キャベツ	12.0	15.0
人参	6.4	8.0
醤油	1.6	2.0
砂糖	1.6	2.0
油揚げ	6.4	8.0
わかめ	1.6	2.0
みりん	0.8	1.0
酒	1.6	2.0
天然だし	144.0	180.0
醤油	4.8	6.0
片栗粉	1.6	2.0
醤油	4.8	6.0
砂糖	1.6	2.0
酒	0.8	1.0
みりん	0.8	1.0
塩	0.1	0.1
油	2.4	3.0
砂糖	0.4	0.5
塩	0.1	0.1
酢	0.8	1.0
砂糖	0.8	1.0
塩	0.1	0.1
みりん	0.8	1.0
醤油	0.4	0.5

午後

2日（月）	乳児	幼児
牛乳		
手作りゼリー		
牛乳	60.0	0.0
りんご果汁	40.0	50.0
イナアガー	1.3	1.6
砂糖	6.4	8.0

4日（水）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
ほたほた焼き	16.0	20.0

5日（木）	乳児	幼児
牛乳		
焼きうどん		
牛乳	60.0	0.0
うどん	32.0	40.0
玉ねぎ	8.0	10.0
人参	5.6	7.0
天然だし	6.4	8.0
醤油	0.8	1.0
みりん	0.8	1.0
油	0.8	1.0

6日（金）	乳児	幼児
牛乳		
オレンジパンケーキ		
牛乳	60.0	0.0
小麦粉	16.0	20.0
ベーキングパウダー	0.6	0.8
砂糖	5.6	7.0
マーマレード	4.0	5.0
油	2.4	3.0
塩	0.0	0.0
水	12.8	16.0

7日（土）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
しおボンせん	16.0	20.0

9日（月）	乳児	幼児
牛乳		
ごま麸ラスク		
牛乳	60.0	0.0
麸	4.0	5.0
砂糖	4.0	5.0
バター	2.4	3.0
白ごま	0.8	1.0

10日（火）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
一口香	16.0	20.0

11日（水）	乳児	幼児
牛乳		
みたらしマカロニ		
牛乳	60.0	0.0
マカロニ	8.0	10.0
醤油	1.6	2.0
砂糖	4.8	6.0
片栗粉	0.5	0.6
水	9.6	12.0

12日（木）	乳児	幼児
牛乳		
ゼリー		
小魚		
牛乳	60.0	0.0
ぶどうゼリー	50.0	50.0
小魚	2.5	2.5

13日（金）	乳児	幼児
牛乳		
プレーンクッキー		
牛乳	60.0	0.0
小麦粉	16.0	20.0
砂糖	4.8	6.0
油	5.6	7.0
塩	0.0	0.0

14日（土）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
野菜スティック	16.0	20.0

16日（月）	乳児	幼児
牛乳		
ゆかりおにぎり		
牛乳	60.0	0.0
白米	24.0	30.0
ゆかり	0.2	0.3

17日（火）	乳児	幼児
牛乳		
マカロニきな粉		
牛乳	60.0	0.0
マカロニ	8.0	10.0
きな粉	2.4	3.0
砂糖	2.4	3.0
塩	0.0	0.0

18日（水）	乳児	幼児
牛乳		
お菓子		
牛乳	60.0	0.0
白棒	16.0	20.0

19日（木）	乳児	幼児
牛乳		
フルーツヨーグルト		
牛乳	60.0	0.0
豆乳ヨーグルト	40.0	50.0
みかん缶	8.0	10.0
黄桃缶	8.0	10.0
砂糖	2.4	3.0

20日（金）	乳児	幼児
牛乳		
りんご蒸しパン		
牛乳	60.0	0.0
小麦粉	16.0	20.0
ベーキングパウダー	0.6	0.8
砂糖	5.6	7.0
りんごジャム	4.0	5.0
塩	0.0	0.0
油	2.4	3.0
水	12.8	16.0

くにみ子ども園　2026年11月　献立表

除去アレルゲン：卵・乳・赤魚

	21日（土）			24日（火）			25日（水）			26日（木）			27日（金）			28日（土）			30日（月）		
午前	牛乳 お菓子			牛乳 お菓子			牛乳 お菓子			牛乳 お菓子			牛乳 果物			牛乳 お菓子			牛乳 お菓子		
		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児
	牛乳	60.0	0.0	牛乳	60.0	0.0	牛乳	60.0	0.0	牛乳	60.0	0.0	牛乳	60.0	0.0	牛乳	60.0	0.0	牛乳	60.0	0.0
	あまからせん	10.0	0.0	ミレービスケット	10.0	0.0	豆乳クッキー	10.0	0.0	やさいスナック	10.0	0.0	バナナ	30.0	0.0	畑のクラッカー	10.0	0.0	全粒粉クラッカー	10.0	0.0
昼食	牛乳 和風スパゲティ 醤油ドレッシングサラダ コンソメスープ			牛乳 ロールパン 冬野菜クリームシチュー かぼちゃサラダ ゼリー			牛乳 ごはん サバのみそ煮 金平ごぼう すまし汁			牛乳 野菜ピラフ チキンカツソース カレーマカロニサラダ ミルクスープ 【お誕生日会】			牛乳 ベーグル 豚肉のトマト煮込み フレンチサラダ コンソメスープ			牛乳 塩豚丼 がんもの煮物 みそ汁			牛乳 小松菜チャーハン チャプチェ 中華スープ みかん		
		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児
	牛乳	0.0	150.0	牛乳	0.0	150.0	牛乳	0.0	150.0	牛乳	0.0	150.0	牛乳	0.0	150.0	牛乳	0.0	150.0	牛乳	0.0	150.0
	スパゲティ	40.0	50.0	ロールパン	40.0	50.0	白米	48.0	60.0	白米	48.0	60.0	ベーグル	40.0	50.0	白米	56.0	70.0	白米	40.0	50.0
	鶏肉	16.0	20.0							玉ねぎ	4.0	5.0				豚肉	36.0	45.0	ロースハム	7.2	9.0
	玉ねぎ	8.0	10.0	鶏肉	24.0	30.0	サバ	40.0	40.0	人参	4.0	5.0	豚肉	36.0	45.0	玉ねぎ	16.0	20.0	小松菜	20.0	25.0
	人参	6.4	8.0	白菜	20.0	25.0	しょうが	0.4	0.5	コーン	4.0	5.0	玉ねぎ	24.0	30.0	人参	8.0	10.0	白ねぎ	8.0	10.0
	天然だし	8.0	10.0	大根	12.0	15.0	みそ	2.4	3.0	コンソメ	0.8	1.0	人参	8.0	10.0	いんげん	4.0	5.0	鶏がらだし	0.6	0.7
	醤油	3.2	4.0	人参	8.0	10.0	天然だし	24.0	30.0	塩	0.1	0.1	グリンピース	2.4	3.0	醤油	1.6	2.0	塩	0.2	0.3
	天然だし	2.4	3.0	ブロッコリー	8.0	10.0	醤油	1.3	1.6	バター	0.8	1.0	ホールトマト	20.0	25.0	酒	0.8	1.0	醤油	0.9	1.1
	油	1.6	2.0	牛乳	8.0	10.0	砂糖	1.6	2.0				コンソメ	0.8	1.0	塩	0.1	0.1	ごま油	0.8	1.0
				クリームシチュールウ	12.0	15.0	みりん	2.4	3.0	鶏肉	48.0	60.0	ケチャップ	2.4	3.0	レモン果汁	0.4	0.5	白ごま	0.8	1.0
	ブロッコリー	28.0	35.0	コンソメ	0.1	0.1	酒	1.6	2.0	塩	0.1	0.1	ソース	0.4	0.5	ごま油	1.6	2.0			
	コーン	4.0	5.0	油	1.6	2.0				小麦粉	2.4	3.0	塩	0.1	0.1	片栗粉	1.6	2.0	春雨	9.6	12.0
	醤油	0.8	1.0	水	104.0	130.0	天然だし	24.0	30.0	パン粉	4.0	5.0	砂糖	1.6	2.0				豚肉	4.8	6.0
	酢	0.3	0.4				人参	4.0	5.0	油	4.8	6.0				がんもどき	28.0	35.0	ほうれん草	8.0	10.0
	ごま油	0.2	0.3	かぼちゃ	32.0	40.0	ピーマン	4.0	5.0	ソース	2.4	3.0	カリフラワー	28.0	35.0	人参	4.0	5.0	玉ねぎ	9.6	12.0
	砂糖	0.2	0.2	ロースハム	4.0	5.0	白ごま	0.4	0.5	砂糖	0.4	0.5	のべ板	4.0	5.0	天然だし	16.0	20.0	人参	4.8	6.0
	天然だし	0.1	0.1	グリンピース	2.4	3.0	醤油	2.4	3.0				油	0.8	1.0	醤油	1.6	2.0	しめじ	3.6	4.5
	白ごま	0.2	0.2	酢	0.8	1.0	みりん	1.6	2.0	マカロニ	6.4	8.0	酢	2.4	3.0	砂糖	1.6	2.0	にんにく	0.2	0.3
				醤油	0.8	1.0	砂糖	1.6	2.0	人参	4.0	5.0	砂糖	0.8	1.0	みりん	0.8	1.0	醤油	2.4	3.0
	人参	4.0	5.0	油	0.8	1.0	ごま油	0.8	1.0	ブロッコリー	5.6	7.0	塩	0.2	0.2	酒	0.8	1.0	砂糖	0.2	0.2
	キャベツ	8.0	10.0	砂糖	0.4	0.5				マヨネーズ	4.8	6.0							ごま油	0.6	0.7
	コンソメ	0.8	1.0	塩	0.1	0.1	木綿豆腐	12.0	15.0	砂糖	0.2	0.2	玉ねぎ	8.0	10.0	里芋	8.0	10.0	鶏がらだし	0.2	0.3
	塩	0.1	0.1				小松菜	4.0	5.0	塩	0.1	0.1	ほうれん草	6.4	8.0	小松菜	6.4	8.0	白ごま	1.6	2.0
	醤油	0.8	1.0	青りんごゼリー	50.0	50.0	天然だし	96.0	120.0	カレー粉	0.1	0.1	コンソメ	0.8	1.0	みそ	4.0	5.0			
	酒	0.8	1.0				醤油	0.8	1.0				塩	0.1	0.1	天然だし	96.0	120.0	玉ねぎ	8.0	10.0
	水	96.0	120.0				酒	0.8	1.0	白菜	8.0	10.0	醤油	0.8	1.0				わかめ	1.6	2.0
							みりん	1.6	2.0	しめじ	4.0	5.0	酒	0.8	1.0				みりん	1.6	2.0
							塩	0.1	0.1	ベーコン	4.0	5.0	水	96.0	120.0				ごま油	1.6	2.0
										コンソメ	0.8	1.0							中華だし	0.8	1.0
										牛乳	16.0	20.0							酒	0.8	1.0
										塩	0.1	0.1							醤油	0.4	0.5
										水	80.0	100.0							塩	0.2	0.2
																			水	96.0	120.0
																			みかん	32.0	40.0
午後	牛乳 お菓子			牛乳 塩昆布おにぎり			牛乳 チーズクッキー			牛乳 カップヨーグルト 昆布			牛乳 フライドポテト			牛乳 お菓子			牛乳 麸ラスク		
		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児		乳児	幼児
	牛乳	60.0	0.0	牛乳	60.0	0.0	牛乳	60.0	0.0	牛乳	60.0	0.0	牛乳	60.0	0.0	牛乳	60.0	0.0	牛乳	60.0	0.0
	カリポテミニ	16.0	20.0	白米	24.0	30.0	小麦粉	16.0	20.0	カップヨーグルト	50.0	50.0	じゃが芋	36.0	45.0	カルシウムウエハース	16.0	20.0	麸	4.0	5.0
				塩昆布	0.8	1.0	砂糖	4.8	6.0				油	3.2	4.0				砂糖	4.0	5.0
							油	5.6	7.0	昆布	2.5	2.5	塩	0.1	0.1				バター	2.4	3.0
							塩	0.0	0.0												
							粉チーズ	0.8	1.0												



今月の郷土料理は山梨県です！

・吉田のうどん

吉田のうどんは、山梨県富士吉田市周辺の郷土料理です。太くてコシのある麺が特徴で、みそや醤油を合わせたつゆにキャベツやお肉を入れて食べます。昔、富士吉田市は米作りに向かない土地だったため、小麦を育ててうどんをよく食べるようになったといわれています。

・じゃが芋とひじきの煮物

じゃが芋とひじきの煮物は、山梨県で古くから親しまれている料理です。富士山の山開きの日には、富士登山の安全や無事を願って食べられてきました。山で育ったじゃが芋と、海で育つひじきを一緒に煮ることで、山と海の恵みに感謝する気持ちが込められています。

※仕入れ等の都合により、事前の連絡なく献立・材料に変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。
※赤色は卵・乳のアレルギー対象食材です。
※幼稚園児は昼食に牛乳がつくので3時のおやつにはありません。
※パイン缶、黄桃缶、りんご、みかん、みかん缶、スイカ、メロン、甲殻類、青魚はきりん組から提供します。0.1クラスは果物の日はバナナのみの提供になります。
※天然だしは（かつお・昆布）です。



