

「あか」のたべもの
からだをつくるもと
「きいろ」のたべもの
げんきいっぱい!!
エネルギーのもと
「みどり」のたべもの
びょうきにまけない
からだのちょうしを
ととのえる



給食費

幼稚園	給食費	手数料	合計
	2,700	55	2,755円

12月分の振替日は11日(月)です。(再振替日は26日(火)です。)
未納者「0」にご協力願います。

1
1月1日
360
たんぱく質 18.6
ビタミン 5.5

「あか」のメニュー

- ごはん 56.3 黄
- こめ
- かんとうに
- ぶたにく 10 赤
- こんぶ 0.16 赤
- こんにやく 16.7 赤
- ひらてん 13.3 赤
- にんじん 13.3 緑
- だいこん 26.7 緑
- さいとも 20 黄
- さけ 0.34
- みりん 0.66
- さとう 2.34 黄
- こいくちしょうゆ 3.44
- いりこだし 0.36

「きいろ」のメニュー

- ぶたにく 1きれ 赤
- ぼろい 1.68 緑
- こいくちしょうゆ 1.68
- みりん 1.68

「みどり」のメニュー

- ぶたにく 8 赤
- こまつな 24 緑
- にんじん 8 緑
- あぶら 0.16 黄
- さけ 0.4
- しお 0.24
- こしょう 0.01
- うすくちしょうゆ 0.4

4

ふいかえきゅうじつ



406

ごはん 56.3 黄
こめ

カワハルマ

- ぶたにく 24 赤
- オリブオイル 0.16 黄
- たまねぎ 24 緑
- マッシュルーム 4 緑
- なす 8 緑
- トマトピューレ 4 緑
- トマトケチャップ 3.2
- ハブリカ 0.01
- ローリエ 0.01
- しるワイン 0.48
- しお 0.08
- こしょう 0.01
- とうじゅうチーズ 2.4 赤
- パセリ 0.01 緑

とりにくのオレングソース

- とりにく 40 赤
- しお 0.16
- こしょう 0.02
- あぶら 0.16 黄
- マーレード 4.8 黄
- こいくちしょうゆ 1.76
- あかワイン 0.4
- でんぶん 0.12 黄

キャベツのサラダ

- キャベツ 28 緑
- にんじん 8 緑
- きゅうり 4 緑
- わふうドレッシング 4.8 黄

ふりかけ おかか 1 赤

世界の料理 カワハルマ (カワハルマ)

5

16.6 11.8

6

とりにくのオレングソース

- とりにく 40 赤
- しお 0.16
- こしょう 0.02
- あぶら 0.16 黄
- マーレード 4.8 黄
- こいくちしょうゆ 1.76
- あかワイン 0.4
- でんぶん 0.12 黄

キャベツのサラダ

- キャベツ 28 緑
- にんじん 8 緑
- きゅうり 4 緑
- わふうドレッシング 4.8 黄

ふりかけ おかか 1 赤

世界の料理 カワハルマ (カワハルマ)

7

375 10.1 6.8

ごはん 56.3 黄
こめ

サンラータン

- とりにく 8 赤
- しょうが 0.16 緑
- あぶら 0.16 黄
- にんじん 4 緑
- たまねぎ 12 緑
- ニラ 0.8 緑
- りんごピューレ 0.4 緑
- みょうご 0.72 赤
- ほししいたけ 28 緑
- ほくさい 0.13 緑
- デンゲンサイ 8 緑
- たけのこ 3.2 緑
- えのきたけ 3.2 緑
- ちゅうかブイオン 0.64
- ごまこつぶスープ 2
- はちゅうみそ 0.24 赤
- しお 0.01
- こしょう 0.02
- うすくちしょうゆ 1.44
- くるず 0.24
- でんぶん 1.2 黄

デザート

- ぶたにく 20 赤
- さけ 0.16
- にんにく 0.08 緑
- あぶら 0.16 黄
- にんじん 4 緑
- たまねぎ 12 緑
- ニラ 0.8 緑
- りんごピューレ 0.4 緑
- みょうご 0.72 赤
- ほししいたけ 28 緑
- ほくさい 0.13 緑
- デンゲンサイ 8 緑
- たけのこ 3.2 緑
- えのきたけ 3.2 緑
- ちゅうかブイオン 0.64
- ごまこつぶスープ 2
- はちゅうみそ 0.24 赤
- しお 0.01
- こしょう 0.02
- うすくちしょうゆ 1.44
- くるず 0.24
- でんぶん 1.2 黄

ちゅうかポテト

- さつまいも 37.6 黄
- あけあぶら 2
- さとう 4.8 黄
- みずあめ 0.8 黄
- こいくちしょうゆ 0.4
- す 0.08

さばのしおやき

- さば 1きれ 赤
- しお 0.24

おひたし

- にんじん 4 緑
- はくさい 24 緑
- こまつな 8 緑
- こんぶパウダー 0.01 赤
- みりん 0.72
- さとう 0.4 黄
- うすくちしょうゆ 1.92

8

441 19.7 14.0

ごはん 56.3 黄
こめ

かんとうに

- ぶたにく 10 赤
- こんぶ 0.16 赤
- こんにやく 16.7 赤
- ひらてん 13.3 赤
- にんじん 13.3 緑
- だいこん 26.7 緑
- さいとも 20 黄
- さけ 0.34
- みりん 0.66
- さとう 2.34 黄
- こいくちしょうゆ 3.44
- いりこだし 0.36

「あか」のメニュー

- ぶたにく 1きれ 赤
- ぼろい 1.68 緑
- こいくちしょうゆ 1.68
- みりん 1.68

「きいろ」のメニュー

- ぶたにく 8 赤
- こまつな 24 緑
- にんじん 8 緑
- あぶら 0.16 黄
- さけ 0.4
- しお 0.24
- こしょう 0.01
- うすくちしょうゆ 0.4

11

422 12.4 11.4

ごはん 56.3 黄
こめ

ちゅうかぼん

- ちゅうかめん 52 黄
- あぶら 1.6 黄

あわじ たまねぎコロケ

- ぶたにく 13.4 赤
- さけ 0.34
- にんじん 6.72 緑
- もやし 23.4 緑
- かまぼこ 6.72 緑
- デンゲンサイ 23.4 緑
- ちゅうかブイオン 0.96
- とんこつスープ 2
- こしょう 0.02
- みりん 0.34
- うすくちしょうゆ 1.74
- こまあぶら 0.4
- でんぶん 2 黄

あじつきのり

- に 赤

12

381 9.8 9.2

ごはん 56.3 黄
こめ

ハヤシライス

- ぶたにく 20 赤
- にんにく 0.08 緑
- マーガリン 0.74 黄
- たまねぎ 40 緑
- にんじん 8 緑
- マッシュルーム 8 緑
- あかワイン 0.8
- こしょう 0.02
- トマトピューレ 0.8 緑
- トマトケチャップ 0.8
- トマトジュース 6.4
- こめトッピング 8 黄
- こめトッピング 3.2 黄
- こんぶパウダー 0.02 赤
- とんかつソース 0.4
- ウスターソース 0.64

オニオンサラダ

- ハム 3.2 赤
- たまねぎ 20 緑
- こまつな 20 緑
- オリブオイル 1.6 黄
- にんにく 0.01 緑
- さとう 0.36 黄
- しお 0.16
- こいくちしょうゆ 1.44
- す 0.96

ミニゼリー

- もも 1 黄

13

309 7.4 5.3

ごはん 56.3 黄
こめ

わなめスープ

- にんじん 4.66 緑
- もやし 4.66 緑
- ほししいたけ 0.24 緑
- えのきたけ 4.66 緑
- わかめ 0.26 赤
- ちゅうかブイオン 1.2
- とんこつスープ 2
- こしょう 0.01
- うすくちしょうゆ 0.96
- さけ 0.4
- こまあぶら 0.04 黄

あげぼうだ

- こめぎょうだ 1 赤黄
- あげあぶら 1 赤黄

ごもくいため

- ぶたにく 8 赤
- しょうが 0.24 緑
- みりん 0.36
- ほししいたけ 0.16 緑
- にんじん 5.6 緑
- ホールコーン 5.6 緑
- キャベツ 20 緑
- はるさめ 2.4 黄
- しお 0.04
- こしょう 0.02
- さけ 0.24
- こいくちしょうゆ 0.8
- オニオンソース 1.6
- こまあぶら 0.16 黄

14

362 10.0 3.7

ごはん 56.3 黄
こめ

にこみりどん

- ぶたにく 8 赤
- ほししいたけ 0.4 緑
- にんじん 8 緑
- はくさい 20 緑
- だいこん 8 緑
- うどん 24 黄
- あおねぎ 0.48
- かつおだし 0.48
- いりこだし 0.36
- はくさい 0.36
- うすくちしょうゆ 2.8
- こいくちしょうゆ 2.82
- でんぶん 0.88 黄

ゆずぼんずあえ

- えのきたけ 4 緑
- はくさい 32 緑
- こんぶパウダー 0.01 赤
- さとう 0.64 黄
- みりん 0.4
- しお 0.32
- ゆずびる 0.66 緑

15

375 12.3 6.9

ごはん 56.3 黄
こめ

トックスープ

- ぶたにく 16 赤
- にんじん 4 緑
- たまねぎ 20 緑
- だいにん 16 緑
- トック 16 黄
- デンゲンサイ 16 緑
- ちゅうかブイオン 1.04
- とんこつスープ 2
- たまねぎ 24 緑
- ほししいたけ 0.16 緑
- はくさい 9.33 緑
- あぶら 0.16 黄
- しょうが 0.16 緑
- にんにく 0.08 緑
- ニラ 2.4 黄
- さとう 0.32 黄
- はちゅうみそ 2.4 赤
- さけ 2.66
- こいくちしょうゆ 1.44
- しお 0.06
- こめこ 0.8 黄

まーぼー はるさめどん

- ぶたにく 20 赤
- はるさめ 3.2 黄
- にんじん 3.46 緑
- たまねぎ 24 緑
- ほししいたけ 0.16 緑
- はくさい 9.33 緑
- あぶら 0.16 黄
- しょうが 0.16 緑
- にんにく 0.08 緑
- ニラ 2.4 黄
- さとう 0.32 黄
- はちゅうみそ 2.4 赤
- さけ 2.66
- こいくちしょうゆ 1.44
- しお 0.06
- こめこ 0.8 黄

16

393 10.1 10.0

ごはん 56.3 黄
こめ

マカロニグラタン

- ポークインナー 8 赤
- オリブオイル 0.2 黄
- たまねぎ 10 黄
- にんじん 5 緑
- ブロッコリー 8 緑
- ブイオン 0.5
- しお 0.1
- こしょう 0.01
- とうじゅう 20 赤
- こめマカロニ 4 黄
- とうじゅうクリーム 3 赤
- こめこ 1.25 黄
- とうじゅうチーズ 8 赤
- パセリ 0.01 緑

ポテトサラダ

- じゃがいも 30 黄
- にんじん 4 緑
- きゅうり 8 緑
- きゅうりマン 3 緑
- しお 0.2
- こしょう 0.01
- マヨネーズシソ 5 黄

クリスマスケーキ

- いちご 1 黄

17

375 12.3 6.9

ごはん 56.3 黄
こめ

トックスープ

- ぶたにく 16 赤
- にんじん 4 緑
- たまねぎ 20 緑
- だいにん 16 緑
- トック 16 黄
- デンゲンサイ 16 緑
- ちゅうかブイオン 1.04
- とんこつスープ 2
- たまねぎ 24 緑
- ほししいたけ 0.16 緑
- はくさい 9.33 緑
- あぶら 0.16 黄
- しょうが 0.16 緑
- にんにく 0.08 緑
- ニラ 2.4 黄
- さとう 0.32 黄
- はちゅうみそ 2.4 赤
- さけ 2.66
- こいくちしょうゆ 1.44
- しお 0.06
- こめこ 0.8 黄

まーぼー はるさめどん

- ぶたにく 20 赤
- はるさめ 3.2 黄
- にんじん 3.46 緑
- たまねぎ 24 緑
- ほししいたけ 0.16 緑
- はくさい 9.33 緑
- あぶら 0.16 黄
- しょうが 0.16 緑
- にんにく 0.08 緑
- ニラ 2.4 黄
- さとう 0.32 黄
- はちゅうみそ 2.4 赤
- さけ 2.66
- こいくちしょうゆ 1.44
- しお 0.06
- こめこ 0.8 黄

18

393 10.1 10.0

ごはん 56.3 黄
こめ

マカロニグラタン

- ポークインナー 8 赤
- オリブオイル 0.2 黄
- たまねぎ 10 黄
- にんじん 5 緑
- ブロッコリー 8 緑
- ブイオン 0.5
- しお 0.1
- こしょう 0.01
- とうじゅう 20 赤
- こめマカロニ 4 黄
- とうじゅうクリーム 3 赤
- こめこ 1.25 黄
- とうじゅうチーズ 8 赤
- パセリ 0.01 緑

ポテトサラダ

- じゃがいも 30 黄
- にんじん 4 緑
- きゅうり 8 緑
- きゅうりマン 3 緑
- しお 0.2
- こしょう 0.01
- マヨネーズシソ 5 黄

クリスマスケーキ

- いちご 1 黄

19

375 12.3 6.9

ごはん 56.3 黄
こめ

トックスープ

- ぶたにく 16 赤
- にんじん 4 緑
- たまねぎ 20 緑
- だいにん 16 緑
- トック 16 黄
- デンゲンサイ 16 緑
- ちゅうかブイオン 1.04
- とんこつスープ 2
- たまねぎ 24 緑
- ほししいたけ 0.16 緑
- はくさい 9.33 緑
- あぶら 0.16 黄
- しょうが 0.16 緑
- にんにく 0.08 緑
- ニラ 2.4 黄
- さとう 0.32 黄
- はちゅうみそ 2.4 赤
- さけ 2.66
- こいくちしょうゆ 1.44
- しお 0.06
- こめこ 0.8 黄

まーぼー はるさめどん

- ぶたにく 20 赤
- はるさめ 3.2 黄
- にんじん 3.46 緑
- たまねぎ 24 緑
- ほししいたけ 0.16 緑
- はくさい 9.33 緑
- あぶら 0.16 黄
- しょうが 0.16 緑
- にんにく 0.08 緑
- ニラ 2.4 黄
- さとう 0.32 黄
- はちゅうみそ 2.4 赤
- さけ 2.66
- こいくちしょうゆ 1.44
- しお 0.06
- こめこ 0.8 黄

20

393 10.1 10.0

ごはん 56.3 黄
こめ

マカロニグラタン

- ポークインナー 8 赤
- オリブオイル 0.2 黄
- たまねぎ 10 黄
- にんじん 5 緑
- ブロッコリー 8 緑
- ブイオン 0.5
- しお 0.1
- こしょう 0.01
- とうじゅう 20 赤
- こめマカロニ 4 黄
- とうじゅうクリーム 3 赤
- こめこ 1.25 黄
- とうじゅうチーズ 8 赤
- パセリ 0.01 緑

ポテトサラダ

- じゃがいも 30 黄
- にんじん 4 緑
- きゅうり 8 緑
- きゅうりマン 3 緑
- しお 0.2
- こしょう 0.01
- マヨネーズシソ 5 黄

クリスマスケーキ

- いちご 1 黄

21

375 12.3 6.9

ごはん 56.3 黄
こめ

トックスープ

- ぶたにく 16 赤
- にんじん 4 緑
- たまねぎ 20 緑
- だいにん 16 緑
- トック 16 黄
- デンゲンサイ 16 緑
- ちゅうかブイオン 1.04
- とんこつスープ 2
- たまねぎ 24 緑
- ほししいたけ 0.16 緑
- はくさい 9.33 緑
- あぶら 0.16 黄
- しょうが 0.16 緑
- にんにく 0.08 緑
- ニラ 2.4 黄
- さとう 0.32 黄
- はちゅうみそ 2.4 赤
- さけ 2.66
- こいくちしょうゆ 1.44
- しお 0.06
- こめこ 0.8 黄

まーぼー はるさめどん

- ぶたにく 20 赤
- はるさめ 3.2 黄
- にんじん 3.46 緑
- たまねぎ 24 緑
- ほししいたけ 0.16 緑
- はくさい 9.33 緑
- あぶら 0.16 黄
- しょうが 0.16 緑
- にんにく 0.08 緑
- ニラ 2.4 黄
- さとう 0.32 黄
- はちゅうみそ 2.4 赤
- さけ 2.66
- こいくちしょうゆ 1.44
- しお 0.06
- こめこ 0.8 黄

※入れ入れ食材の都合により、献立を変更する場合があります。材料の重量は目安となります。
※幼稚園では「牛乳」の提供はなく、水曜日午前中のみのため給食はございません。