

献立表

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
01月	ロールパン,豆乳ポトフ, じゃこサラダ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、ウインナー、たまねぎ/国産、かぶ/国産、さつまいも/国産、ほうれんそう/京都、マカロニ/カナダ(日本)、油、コンソメ、食塩、こしょう、調製豆乳/カナダ(日本)、／はくさい/国産、ミニトマト/国産、きゅうり/国産、黄ピーマン/韓国、しらす干し/国産、油、酢、食塩、こしょう、／ホットケーキ粉/アメリカ、卵/国産、牛乳/京都、三温糖、 パイナップル/ブラジル、牛乳/京都	パイナップルケーキ,牛乳	512(425) 18.7(15.7) 21.5(18.1) 4.1(3.2)
02火	麦ごはん,チャブチェ,レタ スのスープ	米/国産、押麦/国産、／牛肉(肩ロース)/国産、はるさめ/国産、にんじん/国産、ピーマン/国産、たけのこ(ゆで)/国産、ごぼう/国産、まいたけ/国産、ごま油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、食塩、ごま/パラグアイ(日本)、／レタス/国産、ちくわ/タイ(日本)、中華だしの素、食塩、／食パン/アメリカ(日本)、グラニュー糖、レモン/チリ・アメリカ、水、／牛乳/京都、	レモンラスク,牛乳	535(444) 18.0(15.2) 17.4(14.8) 4.6(3.7)
03水	麦ごはん,炒り豆腐,きやべ つのみそ汁	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、卵/国産、木綿豆腐/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、板こんにやく/国産、干しいたけ/九州、いんげん/国産、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、煮干だし汁、／キャベツ/国産、だいこん/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／牛乳/京都、	福豆,たいやき,牛乳	594(491) 22.8(19.0) 18.4(15.7) 4.0(3.2)
04木	麦ごはん(丼),ポークストロ ガノフ,大豆のスープ	米/国産、押麦/国産、／だいず水煮缶詰/国産、きょうな/国産、コンソメ、食塩、／じゃがいも/国産、チーズ、片栗粉/北海道、食塩、こしょう、水、／牛乳/京都、	ポテトもち,牛乳	479(399) 17.9(15.1) 15.4(13.3) 4.7(3.8)
05金	麦ごはん,鯛の磯辺焼き,納 豆和え,麩のおすまし	米/国産、押麦/国産、／こまつな/京都、にんじん/国産、油揚げ/カナダ(京都)、キャベツ/国産、挽きわり納豆/国産、しょうゆ、かつお節/国産、／焼ふ/国産、たまねぎ/国産、みつば/国産、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、／白玉粉/国産、絹ごし豆腐/国産、マカロニ/カナダ(日本)、しょうゆ、三温糖、水、片栗粉/北海道、水、／牛乳/京都、	白玉団子のみたら しあん,牛乳	510(424) 21.1(17.7) 18.7(15.8) 2.8(2.3)
06土	焼きそば,豆腐のスープ	豚肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、キャベツ/国産、もやし/ミャンマー(京都)、まいたけ/国産、ゆで中華めん/カナダ(国産)、油、焼きそばソース、煮干だし汁、／絹ごし豆腐/国産、にら/国産、中華だしの素、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	551(457) 19.5(16.4) 24.0(20.1) 4.7(3.8)
08月	麦ごはん(丼),豚のしょうが 焼き丼,湯葉のおすまし	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、キャベツ/国産、もやし/ミャンマー(京都)、ほうれんそう/京都、しょうが/国産、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、／干し湯葉、えのきたけ/国産、葉ねぎ/国産、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、／小麦粉/アメリカ、バター/北海道、三温糖、卵/国産、牛乳/京都、抹茶、ベーキングパウダー、アール・グレイ(乾)、井納豆、／調製豆乳/カナダ(日本)	抹茶のカップケー キ,豆乳	542(449) 16.2(13.8) 22.5(18.9) 3.7(3.1)
09火	麦ごはん,カレイのレモン しょうゆ焼き,まめサラダ,た まごスープ	米/国産、押麦/国産、／かれい/ロシア、レモン果汁/国産、しょうゆ、本みりん、酒、／だいず水煮缶詰/国産、コーン缶/北海道、ベーコン/デンマーク(大阪)、レタス/国産、きゅうり/国産、油、酢、食塩、こしょう、／卵/国産、セロリ/国産、さやえんどう/国産、コンソメ、食塩、／米/国産、うめ干し/国産、かつお節/国産、食塩、／牛乳/京都、	梅おかかおにぎり, 牛乳	482(401) 18.9(15.9) 15.3(13.2) 2.1(1.7)
10水	きつねうどん,切干大根の ごま酢和え	鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、かまぼこ/北米(日本)、たまねぎ/国産、葉ねぎ/国産、ゆでうどん/カナダ(日本)、酒、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、油揚げ/カナダ(京都)、三温糖、しょうゆ、煮干だし汁、／切り干しだいこん/宮崎、ひじき/国産、にんじん/国産、もやし/ミャンマー(京都)、えだまめ(冷凍)/台湾、すりごま/パラグアイ(日本)、三温糖、しょうゆ、酢、食塩、／焼ふ/国産、 かん粉、バター/北海道、食塩、／チョコイス、牛乳/京都	麩のカレーボール, チョコイス,牛乳	512(426) 19.2(16.1) 26.1(21.8) 3.8(3.0)
12金	麦ごはん,ちびっこおでん, わかめのみそ汁	米/国産、押麦/国産、／がんもどき、ちくわ/タイ(日本)、さつま揚げ、にんじん/国産、だいこん/国産、板こんにやく/国産、じゃがいも/国産、しょうゆ、本みりん、煮干だし汁、／生わかめ/鳴門、たまねぎ/国産、ねぎ/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／プリン/国産、／ビスケット、／牛乳/京都、	プリン,たべっこどう ぶつ,牛乳	491(409) 18.2(15.4) 13.2(11.5) 3.1(2.5)
13土	麦ごはん(土・井),トマト チキンカレー,コーンクリー ムスープ	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、トマト/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、しめじ/信州、グリーンピース(冷凍)/アメリカ、油、カレー ルウ、／クリームコーン缶、コーン缶/北海道、ブロッコリー/国産、牛乳/京都、 コンソメ、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	639(527) 19.6(16.5) 24.2(20.3) 5.3(4.3)
15月	ロールパン,豆乳ポトフ, じゃこサラダ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、ウインナー、たまねぎ/国産、かぶ/国産、さつまいも/国産、ほうれんそう/京都、マカロニ/カナダ(日本)、油、コンソメ、食塩、こしょう、調製豆乳/カナダ(日本)、／はくさい/国産、ミニトマト/国産、きゅうり/国産、黄ピーマン/韓国、しらす干し/国産、油、酢、食塩、こしょう、／ホットケーキ粉/アメリカ、卵/国産、牛乳/京都、三温糖、 パイナップル/ブラジル、牛乳/京都	パイナップルケー キ,牛乳	512(425) 18.7(15.7) 21.5(18.1) 4.1(3.2)
16火	麦ごはん,チャブチェ,レタ スのスープ	米/国産、押麦/国産、／牛肉(肩ロース)/国産、はるさめ/国産、にんじん/国産、ピーマン/国産、たけのこ(ゆで)/国産、ごぼう/国産、まいたけ/国産、ごま油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、食塩、ごま/パラグアイ(日本)、／レタス/国産、ちくわ/タイ(日本)、中華だしの素、食塩、／食パン/アメリカ(日本)、グラニュー糖、レモン/チリ・アメリカ、水、／牛乳/京都、	レモンラスク,牛乳	535(444) 18.0(15.2) 17.4(14.8) 4.6(3.7)
17水	麦ごはん,炒り豆腐,きやべ つのみそ汁	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、卵/国産、木綿豆腐/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、板こんにやく/国産、干しいたけ/九州、いんげん/国産、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、煮干だし汁、／キャベツ/国産、だいこん/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／牛乳/京都、	たいやき,牛乳	612(506) 21.8(18.3) 17.8(15.2) 2.9(2.3)

献立表

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
18 木	麦ごはん(丼),ポークストロ ガノフ,大豆のスープ	米/国産、押麦/国産、／だいず水煮缶詰/国産、きょうな/国産、コンソメ、食 塩、／じゃがいも/国産、チーズ、片栗粉/北海道、食塩、こしょう、水、／牛乳/ 京都、	ポテトもち,牛乳	479(399) 17.9(15.1) 15.4(13.3) 4.7(3.8)
19 金	麦ごはん,鯛の磯辺焼き,納 豆和え,麩のおすまし	米/国産、押麦/国産、／こまつな/京都、にんじん/国産、油揚げ/カナダ(京 都)、キャベツ/国産、挽きわり納豆/国産、しょうゆ、かつお節/国産、／焼ふ/ 国産、たまねぎ/国産、みつば/国産、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、 ／白玉粉/国産、絹ごし豆腐/国産、マカロニ/カナダ(日本)、しょうゆ、三温糖、 水、片栗粉/北海道、水、／牛乳/京都、	白玉団子のみたら しあん,牛乳	510(424) 21.1(17.7) 18.7(15.8) 2.8(2.3)
20 土	焼きそば,豆腐のスープ	豚肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、キャベツ/国産、もやし /ミャンマー(京都)、まいたけ/国産、ゆで中華めん/カナダ(国産)、油、焼きそ ばソース、煮干だし汁、／絹ごし豆腐/国産、にら/国産、中華だしの素、食塩、 ／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	551(457) 19.5(16.4) 24.0(20.1) 4.7(3.8)
22 月	麦ごはん(丼),豚のしょうが 焼き丼,湯葉のおすまし	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国 産、キャベツ/国産、もやし/ミャンマー(京都)、ほうれんそう/京都、しょうが/国 産、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、／干し湯葉、えの きたけ/国産、葉ねぎ/国産、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、／小麦粉/ アメリカ、バター/北海道、三温糖、卵/国産、牛乳/京都、抹茶、ベーキングパ ウダー、／コンド(乾)、井純豆、／調製豆乳(カネダ(日本))	抹茶のカップケー キ,豆乳	542(449) 16.2(13.8) 22.5(18.9) 3.7(3.1)
23 火	麦ごはん,カレイのレモン しょうゆ焼き,まめサラダ,た まごスープ,ラムネ	米/国産、押麦/国産、／かれい/ロシア、レモン果汁/国産、しょうゆ、本みり ん、酒、／だいず水煮缶詰/国産、コーン缶/北海道、ベーコン/デンマーク(大 阪)、レタス/国産、きゅうり/国産、油、酢、食塩、こしょう、／卵/国産、セロリー/ 国産、さやえんどう/国産、コンソメ、食塩、／ラムネ、／米/国産、うめ干し/国 産、かつお節/国産、食塩、／牛乳/京都、	梅おかかおにぎり, 牛乳	486(405) 18.9(15.9) 15.3(13.2) 2.1(1.7)
24 水	きつねうどん,切干大根の ごま酢和え	鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、かまぼこ/北米(日本)、たまねぎ/国産、葉ねぎ/ 国産、ゆでうどん/カナダ(日本)、酒、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、油 揚げ/カナダ(京都)、三温糖、しょうゆ、煮干だし汁、／切り干しだいこん/宮 崎、ひじき/国産、にんじん/国産、もやし/ミャンマー(京都)、えだまめ(冷凍)/ 台湾、すりごま/パラグアイ(日本)、三温糖、しょうゆ、酢、食塩、／焼ふ/国産、 カレー粉、バター/北海道、食塩、／チョコアイス/牛乳/京都	麩のカレーボール, チョイス,牛乳	512(426) 19.2(16.1) 26.1(21.8) 3.8(3.0)
25 木	麦ごはん,酢豚,チンゲン菜 のスープ	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、れんこん/国産、たまねぎ/国 産、ピーマン/国産、赤ピーマン/韓国、パイン缶/フィリピン、油、三温糖、中華 だしの素、酒、しょうゆ、酢、トマトピューレ、ケチャップ、食塩、片栗粉/北海 道、／チンゲンサイ/静岡、しいたけ/国産、中華だしの素、食塩、／ロールパ ン/アメリカ(大阪)、きな粉/国産、三温糖、食塩、油、／牛乳/京都、	きな粉揚げパン,牛 乳	507(422) 16.5(14.0) 18.4(15.7) 3.3(2.7)
26 金	麦ごはん,ちびっこおでん, わかめのみそ汁	米/国産、押麦/国産、／がんもどき、ちくわ/タイ(日本)、さつま揚げ、にんじん /国産、だいこん/国産、板こんにやく/国産、じゃがいも/国産、しょうゆ、本みり ん、煮干だし汁、／生わかめ/鳴門、たまねぎ/国産、ねぎ/国産、米みそ(淡色 辛みそ)、煮干だし汁、／プリン/国産、／ビスケット、／牛乳/京都、	プリン,たべっこどう ぶつ,牛乳	491(409) 18.2(15.4) 13.2(11.5) 3.1(2.5)
29 月	ロールパン,豆乳ポトフ, じゃこサラダ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、ウインナー、たまね ぎ/国産、かぶ/国産、さつまいも/国産、ほうれんそう/京都、マカロニ/カナダ (日本)、油、コンソメ、食塩、こしょう、調製豆乳/カナダ(日本)、／はくさい/国 産、ミニトマト/国産、きゅうり/国産、黄ピーマン/韓国、しらす干し/国産、油、 酢、食塩、こしょう、／ホットケーキ粉/アメリカ、卵/国産、牛乳/京都、三温糖、 パン/缶/フィリピン、／牛乳/京都	パイナップルケー キ,牛乳	512(425) 18.7(15.7) 21.5(18.1) 4.1(3.2)