様式F10 2016年		11人 工 文	大原野	こども園(一般)
	1 02/1		おやつ	エネルギー
日付	献立名	材料名	(◎は10時おやつ)	たんぱく質 脂質 食物繊維
01	ロールパン,豆乳ポトフ,	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	パイナップルケー	512(425)
月月	じゃこサラダ	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	キ,牛乳	18.7(15.7)
		(日本)、 (田、コンノス、良塩、こしょり、調袋豆乳/カノタ(日本)、ノ 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、		21.5(18.1)
		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、		4.1(3.2)
02	麦ごはん,チャプチェ,レタ	。といて、ファルシン・/牛魚 / 吉和 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	レモンラスク,牛乳	535(444)
火	スのスープ	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		18.0(15.2)
		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		17.4(14.8)
		ニュー糖、レモン/チリ・アメリカ、水、/牛乳/京都、		4.6(3.7)
03			福豆,たいやき,牛	594(491)
水	つのみそ汁	生、にんしん/国産、たまなさ/国産、板こんにやく/国産、干ししいにけんが所、 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/	乳	22.8(19.0)
		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、		18.4(15.7)
	-ta-852		10-11-11-11	4.0(3.2)
04	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/	ポテトもち,牛乳	479(399)
木	74 7 7 , 7 <u>3 1</u> 2 2 7 7 7	京都、		17.9(15.1)
				15.4(13.3)
0.5	表づけた 個の磁辺焼き 幼	 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	白玉団子のみたら	4.7(3.8) 510(424)
05 金	豆和え,麩のおすまし	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/	しあん,牛乳	, ,
金		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、	, , , , , , _	21.1(17.7) 18.7(15.8)
		/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、		2.8(2.3)
06	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	おせんべい.生乳	551(457)
土	//gc c101/ <u>3E</u> /// ***	/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	4-27	19.5(16.4)
		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、		24.0(20.1)
) 1 3 U / M Hb/		4.7(3.8)
08	麦ごはん(丼),豚のしょうが	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	抹茶のカップケー	542(449)
月月	焼き丼,湯葉のおすまし	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	キ,豆乳	16.2(13.8)
		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/		22.5(18.9)
		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		3.7(3.1)
09	麦ごはん,カレイのレモン	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	梅おかかおにぎり,	482(401)
火	しょうゆ焼き,まめサラダ,た まごスープ	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/	牛乳	18.9(15.9)
		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		15.3(13.2)
		節/国産、食塩、/牛乳/京都、	±1 > >	2.1(1.7)
10	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	麩のカレーボール, チョイス,牛乳	512(426)
水	C 3-11-11-12	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	/ ヨイ/ハ,十十七	19.2(16.1)
		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 1.ようは 酢 食塩 / 焼ふ/国産		26.1(21.8)
10	麦ごはん,ちびっこおでん,	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、 サレー教・バター/北海洋、食物・/チョ/ウ料 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	プリン,たべっこどう	3.8(3.0)
12 金	わかめのみそ汁	/国産、だいこん/国産、板こんにゃく/国産、じゃがいも/国産、しょうゆ、本みり	ぶつ,牛乳	491(409) 18.2(15.4)
並.		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、		13.2(11.5)
		十分でき、魚・ にし付、/ フラン/国座、/ こパケッド、/ 干孔/永郁、		3.1(2.5)
13	麦ごはん (土・丼),トマト	┃ 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/	おせんべい,牛乳	639(527)
土	チキンカレー,コーンクリー	国産、たまねぎ/国産、しめじ/信州、グリンピース(冷凍)/アメリカ、油、カレー	,,,,,	19.6(16.5)
	ムスープ	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、		24.2(20.3)
1				5.3(4.3)
15	ロールパン,豆乳ポトフ,	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		512(425)
月	じゃこサラダ	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	キ,牛乳	18.7(15.7)
		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、		21.5(18.1)
		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、		4.1(3.2)
16	麦ごはん,チャプチェ,レタ	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	レモンラスク,牛乳	535(444)
火	スのスープ	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		18.0(15.2)
		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		17.4(14.8)
	+; ~,),), L.E.D	ニュー糖、レモン/チリ・アメリカ、水、/牛乳/京都、	it i dait 11 mi	4.6(3.7)
17	麦ごはん,炒り豆腐,きゃべ 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、板こんにゃく/国産、干ししいたけ/九州、	たいやき,牛乳	612(506)
水		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/		21.8(18.3)
		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、		17.8(15.2)
				2.9(2.3)

献立表

			おやつ	エネルギー
日付	献立名	材料名		たんぱく質 脂質
			(◎は10時おやつ)	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/	ポテトもち,牛乳	479(399)
\wedge	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	京都、		17.9(15.1) 15.4(13.3)
				4.7(3.8)
19	麦ごはん,鯛の磯辺焼き,納	************************************	白玉団子のみたら	510(424)
金	豆和え,麩のおすまし	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、	しあん,牛乳	21.1(17.7)
		/ 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、		18.7(15.8)
		水、片栗粉/北海道、水、/牛乳/京都、		2.8(2.3)
20	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	おせんべい,牛乳	551(457)
土		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、		19.5(16.4)
		/牛乳/京都、		24.0(20.1)
00	麦ごはん(丼),豚のしょうが	 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	抹茶のカップケー	4.7(3.8)
22 月	焼き丼、湯葉のおすまし		休衆のカップクー キ,豆乳	542(449) 16.2(13.8)
月		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/	, .	22.5(18.9)
		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		3.7(3.1)
23	麦ごはん,カレイのレモン	ウガー・マーエンバ(数) 共知言 / 週制言図 /カナガ(ロナ) 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	梅おかかおにぎり、	486(405)
火	しょうゆ焼き,まめサラダ,た	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/	牛乳	18.9(15.9)
	まごスープ,ラムネ	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、コンソメ、食塩、/ラムネ、/米/国産、うめ干し/国		15.3(13.2)
		産、かつお節/国産、食塩、/牛乳/京都、		2.1(1.7)
24	きつねうどん,切干大根の	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	麩のカレーボール,	512(426)
水	ごま酢和え	国産、ゆく)とん/カナダ(日本)、佰、しょうゆ、本みりん、良温、魚干にして、個揚げ/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	チョイス,牛乳	19.2(16.1)
		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)/		26.1(21.8)
0.5	まごは) 歌版 そいだい芸	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、 サレー教・バター/北海洋、食物、/チュノラ / 井岡 / 京和 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	たた似相 ば ぷ / 牛	3.8(3.0)
25	友こはん,階豚,アンケン米 のスープ	木/国産、沖友/国産、/ 豚肉(月ローヘ)/国産、れんしん/国産、だまねさ/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	きな粉揚げパン,牛乳	507(422)
木		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	10	16.5(14.0)
		1道、/ デングンサイ/静岡、しいだけ/国産、甲華にしの素、食塩、/ ロールバン/アメリカ(大阪)、きな粉/国産、三温糖、食塩、油、/ 牛乳/京都、		18.4(15.7) 3.3(2.7)
26	麦ごはん,ちびっこおでん,	 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	プリン,たべっこどう	491(409)
金	わかめのみそ汁	/国産、だいこん/国産、板こんにゃく/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	ぶつ,牛乳	18.2(15.4)
		で、魚干にし行、/ 生4カル・場合、によれる/国産、4な/国産、木みで(砂色) 辛みそ)、煮干だし汁、/プリン/国産、/ビスケット、/牛乳/京都、		13.2(11.5)
				3.1(2.5)
29	ロールパン,豆乳ポトフ,	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		512(425)
月	じゃこサラダ	(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	キ,牛乳	18.7(15.7)
		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、		21.5(18.1)
		日下、民価、こしよう、/ ベノド/ 「も切/ / / / / / / 四座、 「 和/ が伸、 一価値、 。 パ / 上 / つ 川ピ・ / 上面 / 吉如		4.1(3.2)