

# 献立表

2016年04月

大原野こども園(一般)

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
04月	焼うどん, 南瓜のみそ汁	豚肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、もやし/ミャンマー(京都)、しいたけ/国産、葉ねぎ/国産、ゆでうどん/カナダ(日本)、油、酒、しょうゆ、食塩、煮干だし汁、かつお節/国産、／かぼちゃ/メキシコ、油揚げ/カナダ(京都)、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／小麦粉/アメリカ、卵/国産、ながいも、煮干だし汁、ちくわ/タイ(日本)、キャベツ/国産、干しえび/中国、お好み焼き/牛乳/京都	お好み焼き, 牛乳	430(360) 19.2(16.1) 16.5(14.1) 4.4(3.5)
05火	ロールパン, 鮭のクリーム煮, 新玉葱のサラダ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／さけ/チリ、にんじん/国産、たまねぎ/国産、コーン缶/北海道、さつまいも/国産、ブロッコリー/国産、バター/北海道、コンソメ、牛乳/京都、クリームチーズ、食塩、小麦粉/アメリカ、／たまねぎ/国産、ベーコン/デンマーク(大阪)、黄ピーマン/韓国、レタス/国産、きゅうり/国産、しょうゆ、油、酢、食塩、こしょう、／焼ふ/国産、バター/北海道、あおのり/国産、／調製豆乳(かまぼこ/日本)	麩の青のりボール, ビスコ, 豆乳	528(437) 21.1(17.7) 26.1(21.8) 4.2(3.4)
06水	麦ごはん, 鶏のさっぱり煮, かき玉スープ	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、だいこん/国産、にんじん/国産、ひじき/国産、板こんにゃく/国産、たけのこ(ゆで)/国産、こまつな/京都、ごま油、三温糖、中華だしの素、酒、しょうゆ、酢、／卵/国産、しいたけ/国産、ねぎ/国産、中華だしの素、食塩、／さつまいも/国産、三温糖、バター/北海道、ごま/パラグアイ(日本)、／牛乳/京都、	さつまいもの茶巾しぼり, 牛乳	465(388) 15.3(13.0) 15.1(13.0) 5.0(4.0)
07木	麦ごはん(丼), ハヤシライス, レタスのスープ	米/国産、押麦/国産、／レタス/国産、かぶ/国産、コンソメ、食塩、／食パン/アメリカ(日本)、マーガリン、グラニュー糖、／牛乳/京都、	シュガートースト, 牛乳	510(424) 16.3(13.8) 17.1(14.6) 3.4(2.8)
08金	麦ごはん, 肉じゃが, わかめのおすまし	米/国産、押麦/国産、／牛肉(肩ロース)/国産、じゃがいも/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、しらたき/国産、グリーンピース(冷凍)/アメリカ、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、煮干だし汁、／焼ふ/国産、生わかめ/鳴門、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、／ピーチゼリー(果肉入り)/国産、／星たべよ/アメリカ・日本、／牛乳/京都、	ピーチゼリー, 星たべよ, 牛乳	494(411) 13.6(11.7) 17.2(14.7) 2.8(2.2)
09土	麦ごはん(土), 中華風野菜炒め, オクラのスープ	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、にら/国産、もやし/ミャンマー(京都)、まいたけ/国産、ごま油、中華だしの素、酒、しょうゆ、食塩、／オクラ/国産、だいず水煮缶詰/国産、中華だしの素、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい, 牛乳	548(455) 18.3(15.5) 23.4(19.6) 4.7(3.8)
11月	皿うどん, 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、はくさい/国産、たけのこ(ゆで)/国産、チンゲンサイ/静岡、しょうが/国産、揚げめん/アメリカ(日本)、ごま油、三温糖、中華だしの素、酒、しょうゆ、食塩、片栗粉/北海道、／絹ごし豆腐/国産、きょうな/国産、中華だしの素、食塩、／食パン/アメリカ(日本)、いちごジャム、／牛乳/京都、	いちごジャムサンド, 牛乳	425(356) 15.9(13.5) 18.4(15.6) 2.8(2.2)
12火	ロールパン, 春野菜のトマト煮, ブロッコリーのスープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、かぶ/国産、キャベツ/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、グリーンアスパラガス/メキシコ、油、三温糖、コンソメ、ホールトマト缶詰/イタリア、ウスターソース、食塩、／ブロッコリー/国産、コーン缶/北海道、コンソメ、食塩、／バナナ/フィリピン、／牛乳/京都、	バナナ, 白い風船, 牛乳	444(371) 15.4(13.1) 16.6(14.2) 4.4(3.5)
13水	麦ごはん(丼), 親子丼, 大根のおすまし	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、卵/国産、凍り豆腐/国産(アメリカ)、にんじん/国産、たまねぎ/国産、干しいたけ/九州、みつば/国産、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、／だいこん/国産、ふき(ゆで)、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、／マカロニ/カナダ(日本)、しょうゆ、三温糖、水、／牛乳/京都、	マカロニのみたらしあん, 牛乳	491(409) 18.8(15.9) 14.6(12.6) 3.0(2.4)
14木	麦ごはん, 回鍋肉, じゃが芋のスープ	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、キャベツ/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、ピーマン/国産、まいたけ/国産、ごま油、三温糖、中華だしの素、米みそ(淡色辛みそ)、酒、しょうゆ、本みりん、／じゃがいも/国産、にら/国産、中華だしの素、食塩、／米/国産、もち/国産、あずき(乾)、黒ごま、食塩、／牛乳/京都、	赤飯おにぎり, 牛乳	513(427) 16.5(14.0) 13.8(12.0) 4.1(3.3)
15金	麦ごはん, カレーの煮付け, 青菜のごま和え, ちくわのみそ汁, カップゼリー	米/国産、押麦/国産、／かわい/ロシア、しょうが/国産、三温糖、酒、しょうゆ、煮干だし汁、／こまつな/京都、ほうれんそう/京都、にんじん/国産、油揚げ/カナダ(京都)、えのきたけ/国産、本みりん、しょうゆ、すりごま/パラグアイ(日本)、／ちくわ/タイ(日本)、たまねぎ/国産、葉ねぎ/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／カップゼリー/国産、／ホットケーキ粉/アメリカ、卵/国産、牛乳/京都、油、酢、／牛乳/京都	チーズ蒸しパン, 牛乳	508(423) 19.6(16.5) 17.6(15.0) 3.3(2.6)
16土	麦ごはん(土・丼), カレーライス, 白菜のスープ	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、にんじん/国産、たまねぎ/国産、じゃがいも/国産、ピーマン/国産、油、カレーパウダー、／はくさい/国産、マッシュルーム/国産、コンソメ、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい, 牛乳	648(535) 16.8(14.2) 25.1(21.0) 3.5(2.8)
18月	焼うどん, 南瓜のみそ汁	豚肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、もやし/ミャンマー(京都)、しいたけ/国産、葉ねぎ/国産、ゆでうどん/カナダ(日本)、油、酒、しょうゆ、食塩、煮干だし汁、かつお節/国産、／かぼちゃ/メキシコ、油揚げ/カナダ(京都)、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／小麦粉/アメリカ、卵/国産、ながいも、煮干だし汁、ちくわ/タイ(日本)、キャベツ/国産、干しえび/中国、お好み焼き/牛乳/京都	お好み焼き, 牛乳	443(371) 19.9(16.7) 17.3(14.7) 4.4(3.6)
19火	ロールパン, 鮭のクリーム煮, 新玉葱のサラダ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／さけ/チリ、にんじん/国産、たまねぎ/国産、コーン缶/北海道、さつまいも/国産、ブロッコリー/国産、バター/北海道、コンソメ、牛乳/京都、クリームチーズ、食塩、小麦粉/アメリカ、／たまねぎ/国産、ベーコン/デンマーク(大阪)、黄ピーマン/韓国、レタス/国産、きゅうり/国産、しょうゆ、油、酢、食塩、こしょう、／焼ふ/国産、バター/北海道、あおのり/国産、／調製豆乳(かまぼこ/日本)	麩の青のりボール, ビスコ, 豆乳	553(458) 21.7(18.2) 28.1(23.3) 4.5(3.7)

