

献立表

2016年05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
02月	麦ごはん,ししゃもの塩焼き,きゅうりのもずく酢和え,麩のおすまし,ラムネ	米/国産,押麦/国産,／ししゃも/アイスランド,食塩,／きゅうり/国産,もずく/沖縄,にんじん/国産,ちくわ/タイ(日本),えだまめ(冷凍)/台湾,しょうゆ,酢,三温糖,食塩,／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,／ラムネ,／かしわもち/国産,／小魚/国産,／調製豆乳/カナダ(日本),	柏餅,小魚,豆乳	449(374) 22.1(18.5) 9.2(8.2) 3.2(2.6)
06金	麦ごはん(丼),にら玉丼,豆腐のスープ	米/国産,押麦/国産,／豚肉(肩ロース)/国産,卵/国産,にら/国産,にんじん/国産,たまねぎ/国産,もやし/ミャンマー(京都),たけのこ(ゆで)/国産,しいたけ/国産,ごま油,三温糖,中華だしの素,酒,しょうゆ,食塩,／絹ごし豆腐/国産,だいこん/国産,葉ねぎ/国産,中華だしの素,食塩,／牛乳/京都,	じゃこマヨラスク,牛乳	483(403) 19.9(16.7) 19.3(16.3) 3.7(3.0)
07土	麦ごはん(土),切干大根の炒め煮,えのきのみそ汁	米/国産,押麦/国産,／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル,切り干しだいこん/宮崎,にんじん/国産,干しいたけ/九州,油揚げ/カナダ(京都),いんげん/国産,油,三温糖,酒,しょうゆ,本みりん,煮干だし汁,／えのきたけ/国産,たまねぎ/国産,生わかめ/鳴門,米みそ(淡色辛みそ),煮干だし汁,／牛乳/京都,	おせんべい,牛乳	589(487) 18.5(15.6) 25.3(21.2) 5.1(4.1)
09月	焼きビーフン,新じゃがのスープ	豚肉(肩ロース)/国産,えび(むき身)/インド,たまねぎ/国産,まいたけ/国産,キャベツ/国産,葉ねぎ/国産,ビーフン/タイ(日本),ごま油,中華だしの素,酒,しょうゆ,食塩,／じゃがいも/国産,レタス/国産,中華だしの素,食塩,／食パン/アメリカ(日本),ピーナッツバター/アメリカ,／牛乳/京都,	ピーナッツジャムサンド,牛乳	434(363) 18.2(15.3) 17.3(14.8) 2.7(2.1)
10火	麦ごはん,鯖の西京焼き,おくらのおかか和え,若竹汁	米/国産,押麦/国産,／さわら/韓国,白みそ,本みりん,三温糖,煮干だし汁,／オクラ/国産,油揚げ/カナダ(京都),にんじん/国産,えのきたけ/国産,三温糖,しょうゆ,かつお節/国産,／たけのこ(ゆで)/国産,生わかめ/鳴門,しょうゆ(うすくち),食塩,煮干だし汁,／しゅうまいの皮,チーズ,油,／ウエハース,／牛乳/京都,	チーズの包み揚げ,ウエファー,牛乳	520(432) 26.1(21.7) 20.8(17.5) 3.8(3.1)
11水	麦ごはん(丼),ビーフカレー,白菜のスープ	米/国産,押麦/国産,／牛肉(肩ロース)/国産,にんじん/国産,たまねぎ/国産,じゃがいも/国産,しめじ/信州,グリーンアスパラガス/メキシコ,油,カレールウ,／はくさい/国産,コーン缶/北海道,コンソメ,食塩,／オレンジ・ネーブル/アメリカ,／ハッピーターン,／牛乳/京都,	ネーブルオレンジ,ハッピーターン,牛乳	508(422) 14.2(12.2) 18.5(15.7) 3.2(2.5)
12木	麦ごはん,豆腐チャンプルー,なすのみそ汁	米/国産,押麦/国産,／豚肉(肩ロース)/国産,木綿豆腐/国産,にんじん/国産,たまねぎ/国産,もやし/ミャンマー(京都),チンゲンサイ/静岡,油,しょうゆ,本みりん,食塩,煮干だし汁,／なす/国産,ねぎ/国産,米みそ(淡色辛みそ),煮干だし汁,／小麦粉/アメリカ,卵/国産,バター/北海道,ベーキングパウダー,グラニュー糖,食塩,レモン/チリ/アメリカ,／牛乳/京都,	マドレーヌ,牛乳	522(434) 17.4(14.7) 21.6(18.2) 3.5(2.8)
13金	ロールパン,チキンの照り焼き,スナックえんどうのサラダ,コンソメスープ	ロールパン/アメリカ(大阪),／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル,三温糖,酒,しょうゆ,本みりん,／ベーコン/デンマーク(大阪),たまねぎ/国産,パセリ粉/アメリカ,コンソメ,食塩,／かぼちゃ/メキシコ,さつまいも/国産,たまねぎ/国産,豚ひき肉/国産,食塩,こしょう,パン粉,／牛乳/京都,	南瓜の焼きコロケ,牛乳	512(426) 24.5(20.4) 25.5(21.3) 4.2(3.4)
14土	麦ごはん(土・丼),塩だれ丼,春雨スープ	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,しいたけ/国産,キャベツ/国産,ちくわ/タイ(日本),ごま油,中華だしの素,酒,食塩,レモン果汁/国産,片栗粉/北海道,／はるさめ/国産,ほうれんそう/京都,中華だしの素,食塩,／牛乳/京都,	おせんべい,牛乳	632(522) 18.5(15.6) 22.3(18.8) 3.4(2.8)
16月	麦ごはん,ししゃもの塩焼き,きゅうりのもずく酢和え,麩のおすまし	米/国産,押麦/国産,／ししゃも/アイスランド,食塩,／きゅうり/国産,もずく/沖縄,にんじん/国産,ちくわ/タイ(日本),えだまめ(冷凍)/台湾,しょうゆ,酢,三温糖,食塩,／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,／いちごゼリー/国産,／小魚/国産,／調製豆乳/カナダ(日本),	いちごゼリー,小魚,豆乳	400(335) 20.6(17.2) 9.0(8.1) 2.7(2.2)
17火	ロールパン,ナポリタンスパゲッティ,水菜のスープ	ロールパン/アメリカ(大阪),／豚ひき肉/国産,たまねぎ/国産,ピーマン/国産,マッシュルーム/国産,コーン缶/北海道,バター/北海道,三温糖,コンソメ,トマトピューレ,ケチャップ,ウスターソース,スパゲティー/国産,食塩,／きょうな/国産,さつまいも/国産,コンソメ,食塩,／米/国産,さやえんどう/国産,食塩,昆布だし汁,／牛乳/京都,	豆ごはんのおにぎり,牛乳	504(419) 19.4(16.3) 14.9(12.8) 4.4(3.5)
18水	麦ごはん,新じゃがのカレー炒め,ワンタンスープ	米/国産,押麦/国産,／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル,じゃがいも/国産,にんじん/国産,たまねぎ/国産,まいたけ/国産,さやえんどう/国産,ごま油,中華だしの素,酒,しょうゆ,カレー粉,食塩,／ワンタンの皮,チンゲンサイ/静岡,中華だしの素,食塩,／強力粉/アメリカ,小麦粉/アメリカ,ベーキングパウダー,三温糖,バター/北海道,牛乳/京都,干しぶどう/アメリカ,／牛乳/京都,	スコーン,牛乳	496(413) 15.5(13.2) 16.0(13.7) 3.3(2.7)
19木	麦ごはん,鶏肉とかぶの煮物,なめこ汁	米/国産,押麦/国産,／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル,かぶ/国産,にんじん/国産,たまねぎ/国産,生揚げ,板こんにゃく/国産,ふき(ゆで),油,三温糖,酒,しょうゆ,本みりん,煮干だし汁,／なめこ/国産,こまつな/京都,米みそ(淡色辛みそ),煮干だし汁,／片栗粉/北海道,調製豆乳/カナダ(日本),砂糖,きな粉/国産,三温糖,食塩,／牛乳/京都,	豆乳くず餅,牛乳	508(422) 18.4(15.5) 17.2(14.7) 3.8(3.0)
20金	麦ごはん(丼),にら玉丼,豆腐のスープ	米/国産,押麦/国産,／豚肉(肩ロース)/国産,卵/国産,にら/国産,にんじん/国産,たまねぎ/国産,もやし/ミャンマー(京都),たけのこ(ゆで)/国産,しいたけ/国産,ごま油,三温糖,中華だしの素,酒,しょうゆ,食塩,／絹ごし豆腐/国産,だいこん/国産,葉ねぎ/国産,中華だしの素,食塩,／牛乳/京都,	じゃこマヨラスク,牛乳	483(403) 19.9(16.7) 19.3(16.3) 3.7(3.0)

