

献立表

2016年06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
01 水	麦ごはん,炒り豆腐,小松菜のみそ汁	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、木綿豆腐/国産、卵/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、板こんにゃく/国産、干しいたけ/九州、ふき(ゆで)、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、煮干だし汁、／こまつな/京都、だいこん/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／こしあん(生)/北海道、水、牛乳/京都、かんてん(粉)、／牛乳/京都、	ミルクようかん,牛乳	413(346) 18.1(15.2) 14.8(12.8) 3.9(3.1)
02 木	麦ごはん(丼),中華丼,レタスのスープ	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、えび(むき身)/インド、たまねぎ/国産、はくさい/国産、たけのこ(ゆで)/国産、さやえんどう/国産、しょうが/国産、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、／レタス/国産、生わかめ/鳴門、中華だしの素、食塩、ごま油、／ホットケーキ粉/アメリカ、卵/国産、牛乳/京都、油、オレンジ天然果汁、みかん缶/国産、／牛乳/京都	オレンジ蒸しパン、牛乳	486(405) 16.9(14.3) 16.9(14.5) 2.6(2.1)
03 金	麦ごはん,鯛の幽庵焼き,いんげんのごま和え,豆腐のおすまし	米/国産、押麦/国産、／たい/愛媛、しょうゆ、本みりん、ゆず果汁/国産、／いんげん/国産、にんじん/国産、なす/国産、しめじ/信州、しょうゆ、本みりん、すりごま/パラグアイ(日本)、／絹ごし豆腐/国産、えのきたけ/国産、みつば/国産、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、／食パン/アメリカ(日本)、きな粉/国産、グラニュー糖、マーガリン、／牛乳/京都、	きな粉トースト,牛乳	523(434) 24.5(20.4) 17.3(14.7) 4.5(3.6)
04 土	麦ごはん (土・丼),鶏丼,南瓜のみそ汁	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、しめじ/信州、しらたき/国産、葉ねぎ/国産、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、／かぼちゃ/メキシコ、オクラ/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	631(520) 18.5(15.6) 21.9(18.5) 5.5(4.4)
06 月	麦ごはん(丼),豚のしょうが焼き丼,切干大根の梅おかか和え	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、／切り干しだいこん/宮崎、きゅうり/国産、生わかめ/鳴門、えだまめ(冷凍)/台湾、うめ干し/国産、しょうゆ、本みりん、かつお節/国産、／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	475(396) 17.2(14.6) 14.8(12.8) 4.7(3.8)
07 火	ロールパン,ミートグラタン、たまごスープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／卵/国産、セロリー/国産、ブロッコリー/国産、コンソメ、食塩、／白玉粉/国産、絹ごし豆腐/国産、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	572(474) 23.9(19.9) 19.7(16.6) 4.0(3.2)
08 水	焼きそば,オクラのスープ	豚肉(肩ロース)/国産、いか/南東太平、にんじん/国産、たまねぎ/国産、キャベツ/国産、ちくわ/タイ(日本)、葉ねぎ/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、／オクラ/国産、じゃがいも/国産、中華だしの素、食塩、／ホットケーキ粉/アメリカ、卵/国産、牛乳/京都、グラニュー糖、油、／調製豆乳/カナダ(日本)、	ドーナツ,豆乳	520(431) 19.2(16.1) 19.8(16.7) 4.0(3.3)
09 木	麦ごはん,鮭のマヨネーズ焼き,さつま芋のサラダ,トマトのスープ,ひとくちチーズ	米/国産、押麦/国産、／さつま芋/国産、きゅうり/国産、レタス/国産、りんご/国産、干しぶどう/アメリカ、油、酢、食塩、こしょう、／ミニトマト/国産、ベーコン/デンマーク(大阪)、パセリ粉/アメリカ、コンソメ、食塩、／チーズ、／プリン/国産、／チョコイス、／牛乳/京都、	プリン,チョコイス,牛乳	553(458) 24.0(20.0) 23.2(19.4) 1.9(1.5)
10 金	麦ごはん,ひじきの五目野菜煮,油揚げのみそ汁	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、ひじき/国産、にんじん/国産、だいず水煮缶詰/国産、ごぼう/国産、干しいたけ/九州、いんげん/国産、ごま油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、／油揚げ/カナダ(京都)、たまねぎ/国産、葉ねぎ/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／フランスパン/アメリカ(大阪)、牛乳/京都、卵/国産、バター/北海道、グラニュー糖、／牛乳/京都	フランスパンのフレンチトースト,牛乳	567(470) 22.8(19.1) 19.9(16.9) 6.7(5.4)
11 土	麦ごはん (土・丼),ハヤシライス,じゃが芋のスープ	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、トマト/国産、マッシュルーム/国産、ブロッコリー/国産、油、ハヤシルウ、／じゃがいも/国産、えだまめ(冷凍)/台湾、コンソメ、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	655(540) 17.8(15.0) 26.3(22.0) 3.4(2.7)
13 月	麦ごはん,酢鶏,もずくスープ	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、たまねぎ/国産、たけのこ/国産、ピーマン/国産、黄ピーマン/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、／もずく/沖縄、きょうな/国産、中華だしの素、食塩、／米/国産、しそふりかけ、こまつな/京都、食塩、／牛乳/京都、	ゆかりのおにぎり、牛乳	481(401) 14.8(12.7) 11.4(10.1) 2.6(2.1)
14 火	ロールパン,和風スパゲッティ,コーンクリームスープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／ツナ油漬缶、にんじん/国産、たまねぎ/国産、まいたけ/国産、えのきたけ/国産、トマト/国産、グリーンアスパラガス/メキシコ、にんにく/国産、スパゲッティ/国産、油、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、／コーン缶/北海道、クリームコーン缶、ブロッコリー/国産、牛乳/京都、コンソメ、食塩、／パイナップル、／しょうゆせんべい、／牛乳/京都、	パイナップル,味しらべ,牛乳	478(399) 19.1(16.1) 17.8(15.1) 4.5(3.6)
15 水	麦ごはん,炒り豆腐,小松菜のみそ汁	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、木綿豆腐/国産、卵/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、板こんにゃく/国産、干しいたけ/九州、ふき(ゆで)、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、煮干だし汁、／こまつな/京都、だいこん/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／こしあん(生)/北海道、水、牛乳/京都、かんてん(粉)、／牛乳/京都、	ミルクようかん,牛乳	413(346) 18.1(15.2) 14.8(12.8) 3.9(3.1)
16 木	麦ごはん(丼),中華丼,レタスのスープ	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、えび(むき身)/インド、たまねぎ/国産、はくさい/国産、たけのこ(ゆで)/国産、さやえんどう/国産、しょうが/国産、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、／レタス/国産、生わかめ/鳴門、中華だしの素、食塩、ごま油、／ホットケーキ粉/アメリカ、卵/国産、牛乳/京都、油、オレンジ天然果汁、みかん缶/国産、／牛乳/京都	オレンジ蒸しパン、牛乳	486(405) 16.9(14.3) 16.9(14.5) 2.6(2.1)

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
17 金	麦ごはん,鯛の幽庵焼き,いんげんのごま和え,豆腐のおすまし	米/国産、押麦/国産、／たい/愛媛、しょうゆ、本みりん、ゆず果汁/国産、／いんげん/国産、にんじん/国産、なす/国産、しめじ/信州、しょうゆ、本みりん、すりごま/パラグアイ(日本)、／絹ごし豆腐/国産、えのきたけ/国産、みつば/国産、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、／食パン/アメリカ(日本)、きな粉/国産、グラニュー糖、マーガリン、／牛乳/京都、	きな粉トースト,牛乳	523(434) 24.5(20.4) 17.3(14.7) 4.5(3.6)
18 土	麦ごはん (土・井),鶏井,南瓜のみそ汁	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、しめじ/信州、しらたき/国産、葉ねぎ/国産、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、／かぼちゃ/メキシコ、オクラ/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	631(520) 18.5(15.6) 21.9(18.5) 5.5(4.4)
20 月	麦ごはん(井),豚のしょうが焼き井,切干大根の梅おかか和え	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、／切り干しだいこん/宮崎、きゅうり/国産、生わかめ/鳴門、えだまめ(冷凍)/台湾、うめ干し/国産、しょうゆ、本みりん、かつお節/国産、／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	475(396) 17.2(14.6) 14.8(12.8) 4.7(3.8)
21 火	ロールパン,ミートグラタン,たまごスープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／卵/国産、セロリー/国産、ブロッコリー/国産、コンソメ、食塩、／白玉粉/国産、絹ごし豆腐/国産、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	572(474) 23.9(19.9) 19.7(16.6) 4.0(3.2)
22 水	焼きそば,オクラのスープ	豚肉(肩ロース)/国産、いか/南東太平、にんじん/国産、たまねぎ/国産、キャベツ/国産、ちくわ/タイ(日本)、葉ねぎ/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、／オクラ/国産、じゃがいも/国産、中華だしの素、食塩、／ホットケーキ粉/アメリカ、卵/国産、牛乳/京都、グラニュー糖、油、／調製豆乳/カナダ(日本)、	ドーナツ,豆乳	520(431) 19.2(16.1) 19.8(16.7) 4.0(3.3)
23 木	麦ごはん,鮭のマヨネーズ焼き,さつま芋のサラダ,トマトのスープ	米/国産、押麦/国産、／さつまいも/国産、きゅうり/国産、レタス/国産、りんご/国産、干しぶどう/アメリカ、油、酢、食塩、こしょう、／ミニトマト/国産、ベーコン/デンマーク(大阪)、パセリ粉/アメリカ、コンソメ、食塩、／プリン/国産、／チョイス、／牛乳/京都、	プリン,チョイス,牛乳	544(451) 23.5(19.6) 22.5(18.9) 1.9(1.5)
24 金	麦ごはん,ひじきの五目野菜煮,油揚げのみそ汁	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、ひじき/国産、にんじん/国産、だいず水煮缶詰/国産、ごぼう/国産、干しいたけ/九州、いんげん/国産、ごま油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、／油揚げ/カナダ(京都)、たまねぎ/国産、葉ねぎ/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／フランスパン/アメリカ(大阪)、牛乳/京都、卵/国産、バター/北海道、グラニュー糖、／牛乳/京都、	フランスパンのフレンチトースト,牛乳	567(470) 22.8(19.1) 19.9(16.9) 6.7(5.4)
25 土	麦ごはん (土・井),ハヤシライス,じゃが芋のスープ	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、トマト/国産、マッシュルーム/国産、ブロッコリー/国産、油、ハヤシルウ、／じゃがいも/国産、えだまめ(冷凍)/台湾、コンソメ、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	655(540) 17.8(15.0) 26.3(22.0) 3.4(2.7)
27 月	麦ごはん,酢鶏,もずくスープ	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、たまねぎ/国産、たけのこ/国産、ピーマン/国産、黄ピーマン/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、／もずく/沖縄、きょうな/国産、中華だしの素、食塩、／米/国産、しそふりかけ、こまつな/京都、食塩、／牛乳/京都、	ゆかりのおにぎり,牛乳	481(401) 14.8(12.7) 11.4(10.1) 2.6(2.1)
28 火	ロールパン,和風スパゲッティ,コーンクリームスープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／ツナ油漬缶、にんじん/国産、たまねぎ/国産、まいたけ/国産、えのきたけ/国産、トマト/国産、グリーンアスパラガス/メキシコ、にんにく/国産、スパゲティー/国産、油、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、／コーン缶/北海道、クリームコーン缶、ブロッコリー/国産、牛乳/京都、コンソメ、食塩、／パイナップル、／しょうゆせんべい、／牛乳/京都、	パイナップル,味しらべ,牛乳	478(399) 19.1(16.1) 17.8(15.1) 4.5(3.6)
29 水	麦ごはん,炒り豆腐,小松菜のみそ汁	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、木綿豆腐/国産、卵/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、板こんにゃく/国産、干しいたけ/九州、ふき(ゆで)、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、煮干だし汁、／こまつな/京都、だいこん/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／こしあん(生)/北海道、水、牛乳/京都、かんでん(粉)、／牛乳/京都、	ミルクようかん,牛乳	413(346) 18.1(15.2) 14.8(12.8) 3.9(3.1)
30 木	麦ごはん(井),中華丼,レタスのスープ	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、えび(むき身)/インド、たまねぎ/国産、はくさい/国産、たけのこ(ゆで)/国産、さやえんどう/国産、しょうが/国産、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、／レタス/国産、生わかめ/鳴門、中華だしの素、食塩、ごま油、／小麦粉/アメリカ、上新粉/国産、砂糖、水、甘納豆、／牛乳/京都、	水無月,牛乳	477(398) 16.1(13.7) 13.3(11.5) 2.8(2.3)