

献立表

2015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
01 金	麦ごはん,ししゃもの塩焼き,ささみときゅうりのもずく酢和え,若竹汁,カップゼリー	米/国産、押麦/国産、／ししゃも/アイスランド、食塩、／鶏ささ身/ブラジル、きゅうり/国産、にんじん/国産、マロニー、えだまめ(冷凍)/台湾、もずく/国産、しょうゆ、酢、三温糖、食塩、／たけのこ(ゆで)/国産、生わかめ/鳴門、みつば/国産、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、／カップゼリー/国産、／かしわもち/国産、／小魚/国産、／牛乳/京都、	柏餅,小魚,牛乳	458(383) 22.9(19.2) 9.1(8.2) 2.5(2.0)
02 土	塩やきそば,水菜のスープ	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、ちくわ/タイ(日本)、まいたけ/国産、ゆで中華めん/カナダ(国産)、ごま油、酒、中華だしの素、食塩、こしょう、レモン果汁/国産、／きょうな/国産、えのきたけ/国産、中華だしの素、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	456(381) 17.8(15.0) 20.1(17.0) 4.0(3.2)
07 木	麦ごはん(丼),マーボー豆腐丼,たまごスープ	米/国産、押麦/国産、／牛ひき肉/国産、豚ひき肉/国産、木綿豆腐/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、れんこん/国産、葉ねぎ/国産、ねぎ/国産、しょうが/国産、ごま油、中華だしの素、三温糖、酒、しょうゆ、米みそ(淡色辛みそ)、食塩、片栗粉/北海道、／チンゲンサイ/静岡、もやし/ミャンマー(京都)、卵/国産、中華だしの素、食塩、片栗粉/北海道、／じゃがいも/国産、食塩、こしょう、小麦粉/アメリカ、片栗粉/北海道、油、／豆乳/カナダ(日本)	フライドポテト,豆乳	518(425) 19.8(16.7) 19.3(15.9) 2.9(2.4)
08 金	麦ごはん,カレイのレモンしょうゆ焼き,スナップえんどうのサラダ,コンソメスープ	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、／たまねぎ/国産、マッシュルーム/国産、ベーコン/デンマーク(大阪)、コンソメ、食塩、／いちごジャム、食パン/アメリカ(日本)、／牛乳/京都、	いちごジャムサンド,牛乳	476(397) 23.3(19.4) 13.4(11.6) 3.3(2.6)
09 土	麦ごはん(土・丼),鶏丼,さつま芋のみそ汁	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、油揚げ/カナダ(京都)、みつば/国産、油、酒、三温糖、本みりん、しょうゆ、食塩、煮干だし汁、／さつまいも/国産、こまつな/京都、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	584(483) 19.7(16.6) 21.4(18.0) 4.2(3.4)
11 月	ロールパン,ナポリタンスパゲッティ,ポパイスープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／豚ひき肉/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、ピーマン/国産、マッシュルーム/国産、バター/北海道、トマトピューレ、ケチャップ、コンソメ、三温糖、ウスターソース、食塩、スパゲッティ/国産、／ほうれんそう/京都、コーン缶/北海道、コンソメ、食塩、／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	464(387) 19.6(16.5) 15.8(13.6) 4.9(3.9)
12 火	麦ごはん,高野豆腐の煮物,大根のみそ汁	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、凍り豆腐/国産(アメリカ)、にんじん/国産、たまねぎ/国産、ふき(ゆで)、板こんにゃく/国産、干しいたけ/九州、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、はくさい/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／バナナ/フィリピン、パイ皮/大阪、レモン果汁/国産、／牛乳/京都、	バナナパイ,牛乳	480(400) 17.5(14.8) 19.8(16.8) 3.5(2.8)
13 水	麦ごはん(丼),ビーフストロガノフ,南瓜の豆乳スープ	米/国産、押麦/国産、／かぼちゃ/メキシコ、ブロッコリー/国産、調製豆乳/カナダ(日本)、コンソメ、食塩、／小麦粉/アメリカ、バター/北海道、三温糖、卵/国産、牛乳/京都、ココア(ピュアココア)、水、ベーキングパウダー、アーモンド(乾)、／牛乳/京都、	ココアのカップケーキ,牛乳	607(501) 17.8(15.0) 24.8(20.8) 4.2(3.4)
14 木	麦ごはん,豚ニラ炒め,レタスの中華スープ	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、にら/国産、たまねぎ/国産、もやし/ミャンマー(京都)、キャベツ/国産、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、酒、食塩、こしょう、／レタス/国産、絹ごし豆腐/国産、ごま/パラグアイ(日本)、中華だしの素、食塩、／食パン/アメリカ(日本)、牛乳/京都、卵/国産、バター/北海道、グラニュー糖、／牛乳/京都、	フレンチトースト,牛乳	484(404) 18.1(15.3) 16.7(14.3) 3.6(2.9)
15 金	麦ごはん,さわらの西京焼き,ささみときゅうりのもずく酢和え,若竹汁	米/国産、押麦/国産、／さくら/韓国、白みそ、本みりん、三温糖、煮干だし汁、／鶏ささ身/ブラジル、きゅうり/国産、にんじん/国産、マロニー、えだまめ(冷凍)/台湾、もずく/国産、しょうゆ、酢、三温糖、食塩、／たけのこ(ゆで)/国産、生わかめ/鳴門、みつば/国産、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、／小魚/国産、／牛乳/京都、	ピーチゼリー,小魚,牛乳	454(379) 24.5(20.4) 10.7(9.5) 2.1(1.7)
16 土	塩やきそば,水菜のスープ	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、ちくわ/タイ(日本)、まいたけ/国産、ゆで中華めん/カナダ(国産)、ごま油、酒、中華だしの素、食塩、こしょう、レモン果汁/国産、／きょうな/国産、えのきたけ/国産、中華だしの素、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	456(381) 17.8(15.0) 20.1(17.0) 4.0(3.2)
18 月	麦ごはん,ミートボールと大豆のトマト煮,かぶのスープ	米/国産、押麦/国産、／豚ひき肉/国産、木綿豆腐/国産、食塩、こしょう、だいず(乾)/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、なす/国産、じゃがいも/国産、ブロッコリー/国産、油、コンソメ、三温糖、ウスターソース、ケチャップ、ホールトマト缶詰/イタリア、食塩、／かぶ/国産、しめじ/信州、コンソメ、食塩、パセリ粉、／オレンジ・ネーブル/アメリカ、／牛乳/京都、	ネーブルオレンジ,白い風船,牛乳	497(414) 17.4(14.7) 16.7(14.3) 4.6(3.7)
19 火	麦ごはん,カレー風味の野菜炒め,ワンタンスープ	米/国産、押麦/国産、／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、チンゲンサイ/静岡、ピーマン/国産、たけのこ(ゆで)/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、まいたけ/国産、葉ねぎ/国産、中華だしの素、食塩、／おから/カナダ(京都)、ホットケーキ粉/アメリカ、マーガリン、卵/国産、三温糖、／牛乳/京都、	おからのソフトクッキー,牛乳	468(391) 17.6(14.9) 15.4(13.2) 5.0(4.0)
20 水	五目うどん,青菜のしらす和え	鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、はくさい/国産、たまねぎ/国産、しいたけ/国産、かまぼこ/北米(日本)、生わかめ/鳴門、ゆでうどん/カナダ(日本)、酒、しょうゆ、本みりん、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、いんげん/国産、油揚げ/カナダ(京都)、しらす干し、しょうゆ、本みりん、／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	450(376) 18.2(15.4) 12.3(10.7) 4.0(3.2)

献立表

[illegible]