

献立表

2015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月	ロールパン,和風スパゲッティ,枝豆のスープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、にんじん/国産、たまねぎ/国産、しいたけ/国産、マッシュルーム/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/国産、油、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、／えだまめ(冷凍)/台湾、さつまいも/国産、コンソメ、食塩、／にら/国産、にんじん/国産、小麦粉/アメリカ、米みそ(淡色辛みそ)、卵/国産、食塩、ごま油、煮干だし汁、／牛乳/京都	にらせんべい,牛乳	485(404) 19.7(16.6) 16.3(14.0) 4.5(3.6)
02火	麦ごはん(丼),中華丼,もずくスープ	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、はくさい/国産、たけのこ(ゆで)/国産、さやえんどう/国産、ごま油、しょうゆ、中華だしの素、酒、三温糖、食塩、片栗粉/北海道、／もずく/沖縄、とうがん/国産、ごま/パラグアイ(日本)、中華だしの素、食塩、／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	豆乳くずもち,牛乳	497(414) 18.3(15.5) 15.7(13.5) 3.4(2.7)
03水	麦ごはん,肉じゃが,大根のみそ汁	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、しめじ/信州、いんげん/国産、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、煮干だし汁、／だいこん/国産、絹ごし豆腐/国産、みょうが/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／マリー、／牛乳/京都、	黒ごまプリン,マリー,牛乳	546(453) 22.4(18.7) 21.5(18.1) 3.4(2.7)
04木	麦ごはん,焼きからあげ,ツナサラダ,かぶのスープ,ラムネ	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、酒、しょうゆ、しょうが/国産、小麦粉/アメリカ、／ツナ油漬、ブロッコリー/国産、ミートマト/国産、レタス/国産、コーン缶/北海道、油、酢、食塩、／かぶ/国産、かぶ・葉/国産、にんじん/国産、コンソメ、食塩、／ラムネ、／かぼちゃ/メキシコ、さつまいも/国産、三温糖、バター/北海道、コーンフレーク、／豆乳/カナダ(日本)、	南瓜のフレークボール,豆乳	546(448) 22.4(18.8) 20.0(16.5) 3.9(3.1)
05金	麦ごはん,鯛のゆず味噌焼き,オクラのおかか和え,わかめのおすまし	米/国産、押麦/国産、／たい/愛媛、白みそ、本みりん、三温糖、ゆず果汁/国産、／オクラ/国産、にんじん/国産、キャベツ/国産、油揚げ/カナダ(京都)、しめじ/信州、三温糖、しょうゆ、煮干だし汁、かつお節/国産、／生わかめ/鳴門、えのきたけ/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)、マーガリン、つぶしあん(砂糖添加)/国産、／牛乳/京都、	小倉トースト,牛乳	508(422) 21.6(18.0) 16.1(13.8) 4.6(3.7)
06土	麦ごはん(土),豚肉とピーマンのオイスター炒め,白菜のスープ	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、ピーマン/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、まいたけ/国産、たけのこ(ゆで)/国産、ごま油、中華だしの素、酒、オイスターソース、／はくさい/国産、コーン缶/北海道、中華だしの素、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	554(459) 17.2(14.5) 23.0(19.3) 4.4(3.5)
08月	麦ごはん,炒り豆腐,なすのみそ汁	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、木綿豆腐/国産、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、／なす/国産、ねぎ/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／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	474(395) 17.0(14.4) 16.5(14.1) 3.3(2.7)
09火	麦ごはん,カレイのチーズ焼き,フレンチサラダ,オニオンスープ	米/国産、押麦/国産、／かれい/ロシア、ケチャップ、とろけるチーズ、食塩、こしょう、小麦粉/アメリカ、／きゅうり/国産、はくさい/国産、かぼちゃ/メキシコ、にんじん/国産、干しぶどう、油、酢、食塩、こしょう、／たまねぎ/国産、まいたけ/国産、グリーンピース(冷凍)/アメリカ、コンソメ、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	478(398) 16.9(14.3) 10.6(9.4) 3.4(2.7)
10水	ちゃんぽん,切干大根の中華和え	鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、えび(むき身)/インド、たまねぎ/国産、チンゲンサイ/静岡、しいたけ/国産、かまぼこ/北米(日本)、ねぎ/国産、ゆで中華めん/カナダ(国産)、三温糖、鳥がらだし汁、酒、しょうゆ、食塩、ごま油、／切り干しだいこん/宮崎、きゅうり/国産、にんじん/国産、黄ピーマン/韓国、ごま油、酢、三温糖、しょうゆ、食塩、すりごま/パラグアイ(日本)、／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	452(378) 19.0(16.0) 12.7(11.1) 4.3(3.4)
11木	麦ごはん(丼),豚のしょうが焼き丼,かき玉汁	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、／卵/国産、焼ふ/国産、みつば/国産、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、片栗粉/北海道、／さくらんぼ(米国産)、／牛乳/京都、	アメリカンチェリー,おかき餅せんべい,牛乳	473(395) 15.7(13.3) 15.1(13.0) 3.0(2.4)
12金	麦ごはん,酢鶏,大豆のスープ	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、たけのこ/国産、ピーマン/国産、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、／だいたい水煮缶詰/国産、きょうな/国産、中華だしの素、食塩、／牛乳/京都、	じゃこマヨラスク,牛乳	471(393) 17.8(15.0) 16.5(14.1) 4.4(3.5)
13土	焼うどん,なめこ汁	豚肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、ちくわ/タイ(日本)、キャベツ/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、／なめこ/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	469(391) 17.9(15.1) 23.6(19.8) 3.7(3.0)
15月	ロールパン,和風スパゲッティ,枝豆のスープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、にんじん/国産、たまねぎ/国産、しいたけ/国産、マッシュルーム/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/国産、油、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、／えだまめ(冷凍)/台湾、さつまいも/国産、コンソメ、食塩、／にら/国産、にんじん/国産、小麦粉/アメリカ、米みそ(淡色辛みそ)、卵/国産、食塩、ごま油、煮干だし汁、／牛乳/京都	にらせんべい,牛乳	485(404) 19.7(16.6) 16.3(14.0) 4.5(3.6)
16火	麦ごはん(丼),中華丼,もずくスープ	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、はくさい/国産、たけのこ(ゆで)/国産、さやえんどう/国産、ごま油、しょうゆ、中華だしの素、酒、三温糖、食塩、片栗粉/北海道、／もずく/沖縄、とうがん/国産、ごま/パラグアイ(日本)、中華だしの素、食塩、／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	豆乳くずもち,牛乳	497(414) 18.3(15.5) 15.7(13.5) 3.4(2.7)

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 水	麦ごはん,肉じゃが,大根の みそ汁	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、しめじ/信州、いんげん/国産、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、煮干だし汁、／だいこん/国産、絹ごし豆腐/国産、みょうが/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／マリー、／牛乳/京都、	黒ごまプリン,マ リー,牛乳	546(453) 22.4(18.7) 21.5(18.1) 3.4(2.7)
18 木	麦ごはん,焼きからあげ,ツ ナサラダ,かぶのスープ	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、酒、しょうゆ、しょうが/国産、小麦粉/アメリカ、／ツナ油漬缶、ブロッコリー/国産、ミニトマト/国産、レタス/国産、コーン缶/北海道、油、酢、食塩、／かぶ/国産、かぶ・葉/国産、にんじん/国産、コンソメ、食塩、／かぼちゃ/メキシコ、さつまいも/国産、三温糖、バター/北海道、コーンフレーク、／豆乳/カナダ(日本)、	南瓜のフレーク ボール,豆乳	542(444) 22.4(18.8) 20.0(16.5) 3.9(3.1)
19 金	麦ごはん,鯛のゆず味噌焼 き,オクラのおかか和え,わ かめのおすまし	米/国産、押麦/国産、／たい/愛媛、白みそ、本みりん、三温糖、ゆず果汁/国産、／オクラ/国産、にんじん/国産、キャベツ/国産、油揚げ/カナダ(京都)、しめじ/信州、三温糖、しょうゆ、煮干だし汁、かつお節/国産、／生わかめ/鳴門、えのきたけ/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)、マーガリン、つぶしあん(砂糖添加)/国産、／牛乳/京都、	小倉トースト,牛乳	508(422) 21.6(18.0) 16.1(13.8) 4.6(3.7)
20 土	麦ごはん (土),豚肉とピー マンのオイスター炒め,白 菜のスープ	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、ピーマン/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、まいたけ/国産、たけのこ(ゆで)/国産、ごま油、中華だしの素、酒、オイスターソース、／はくさい/国産、コーン缶/北海道、中華だしの素、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	554(459) 17.2(14.5) 23.0(19.3) 4.4(3.5)
22 月	麦ごはん,炒り豆腐,なすの 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、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、／なす/国産、ねぎ/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／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	474(395) 17.0(14.4) 16.5(14.1) 3.3(2.7)
23 火	麦ごはん,カレイのチーズ 焼き,フレンチサラダ,オニ オンスープ	米/国産、押麦/国産、／かれい/ロシア、ケチャップ、とろけるチーズ、食塩、こしょう、小麦粉/アメリカ、／きゅうり/国産、はくさい/国産、かぼちゃ/メキシコ、にんじん/国産、干しぶどう、油、酢、食塩、こしょう、／たまねぎ/国産、まいたけ/国産、グリーンピース(冷凍)/アメリカ、コンソメ、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	478(398) 16.9(14.3) 10.6(9.4) 3.4(2.7)
24 水	ちゃんぽん,切干大根の中 華和え	鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、えび(むき身)/インド、たまねぎ/国産、チンゲンサイ/静岡、しいたけ/国産、かまぼこ/北米(日本)、ねぎ/国産、ゆで中華めん/カナダ(国産)、三温糖、鳥がらだし汁、酒、しょうゆ、食塩、ごま油、／切り干しだいこん/宮崎、きゅうり/国産、にんじん/国産、黄ピーマン/韓国、ごま油、酢、三温糖、しょうゆ、食塩、すりごま/パラグアイ(日本)、／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	452(378) 19.0(16.0) 12.7(11.1) 4.3(3.4)
25 木	麦ごはん(井),豚のしょうが 焼き井,かき玉汁	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、／卵/国産、焼ふ/国産、みつば/国産、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、片栗粉/北海道、／さくらんぼ(米国産)、／牛乳/京都、	アメリカンチェリー, おかき餅せんべい, 牛乳	473(395) 15.7(13.3) 15.1(13.0) 3.0(2.4)
26 金	麦ごはん,酢鶏,大豆のスー 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、たけのこ/国産、ピーマン/国産、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、／だいず水煮缶詰/国産、きょうな/国産、中華だしの素、食塩、／牛乳/京都、	じゃこマヨラスク,牛 乳	471(393) 17.8(15.0) 16.5(14.1) 4.4(3.5)
27 土	焼うどん,なめこ汁	豚肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、ちくわ/タイ(日本)、キャベツ/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、／なめこ/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	469(391) 17.9(15.1) 23.6(19.8) 3.7(3.0)
29 月	ロールパン,和風スパゲッ ティ,枝豆のスープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、にんじん/国産、たまねぎ/国産、しいたけ/国産、マッシュルーム/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/国産、油、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、／えだまめ(冷凍)/台湾、さつまいも/国産、コンソメ、食塩、／にら/国産、にんじん/国産、小麦粉/アメリカ、米みそ(淡色辛みそ)、卵/国産、食塩、ごま油、煮干だし汁、／牛乳/京都、	にらせんべい,牛乳	485(404) 19.7(16.6) 16.3(14.0) 4.5(3.6)
30 火	麦ごはん(井),中華丼,もず くスープ	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、はくさい/国産、たけのこ(ゆで)/国産、さやえんどう/国産、ごま油、しょうゆ、中華だしの素、酒、三温糖、食塩、片栗粉/北海道、／もずく/沖縄、とうがん/国産、ごま/パラグアイ(日本)、中華だしの素、食塩、／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	473(395) 16.1(13.7) 12.9(11.2) 3.2(2.5)