

献立表

2015年07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,ラタトゥイユ,ブ ロッコリーのスープ	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、なす/国産、かぼちゃ/メキシコ、赤ピーマン/韓国、セロリー/国産、油、 ホールトマト缶詰/イタリア、コンソメ、三温糖、ウスターソース、食塩、／ブロッコ リー/国産、マッシュルーム/国産、コンソメ、食塩、／焼ふ/国産、バター/北海 道、黒砂糖/沖縄、しょうゆ、水、ごま/パラグアイ(日本)、食塩、／ソフトせんべい 塩味、／生乳/京都	麩かりんとう,ぱりん こ,牛乳	465(388) 13.8(11.8) 15.9(13.6) 4.0(3.2)
02 木	ジャージャー麺,ひじきの中 華和え	牛ひき肉/国産、豚ひき肉/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、たけのこ(ゆ で)/国産、コーン缶/北海道、しいたけ/国産、ゆで中華めん/カナダ(国産)、しょ うが/国産、にんにく/国産、ごま油、三温糖、しょうゆ、米みそ(淡色辛みそ)、片 栗粉/北海道、／もやし/ミャンマー(京都)、きゅうり/国産、ハム/国産、ひじき/国 産、ごま油、酢、しょうゆ、三温糖、食塩、／米/国産、納豆/北海道、卵/国産、 葉ねぎ/国産、ごま油、しょうゆ、中華だしの素、食塩、しょう、／生乳/京都	納豆チャーハン,牛 乳	532(442) 22.5(18.8) 19.8(16.8) 5.1(4.1)
03 金	麦ごはん(丼),豚丼,小松 菜のみそ汁	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、しめじ/信州、しらたき/国産、葉ねぎ/国産、油、酒、三温 糖、本みりん、しょうゆ、食塩、煮干だし汁、／こまつな/京都、かぶ/国産、みよ うが/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／食パン/アメリカ(日本)、マーマ レード、／牛乳/京都、	マーマレードジャム サンド,牛乳	474(395) 16.7(14.1) 14.8(12.7) 4.0(3.2)
04 土	麦ごはん,クリームシチュー, フレンチサラダ	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、グリーンピース(冷凍)/アメリカ、バター/北海道、シ チューミックスクリュー、牛乳/京都、／レタス/国産、ブロッコリー/国産、ミニトマト /国産、黄ピーマン/韓国、酢、油、食塩、しょう、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	553(459) 16.3(13.8) 23.3(19.5) 4.0(3.2)
06 月	焼うどん,ゆばのおすまし	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、まいたけ/国産、ゆでうどん/カナダ(日本)、油、しょうゆ、酒、食塩、 煮干だし汁、／干し湯葉、しいたけ/国産、葉ねぎ/国産、しょうゆ(うすくち)、食 塩、煮干だし汁、／米/国産、とうもろこし、コーン缶/北海道、バター/北海道、 食塩、しょうゆ、／牛乳/京都、	とうもろこしのおに ぎり,牛乳	458(382) 17.3(14.7) 14.9(12.8) 3.3(2.7)
07 火	クロワッサン,星のコロッケ, スパゲティサラダ,コンソメ スープ,ひとくちチーズ	クロワッサン/アメリカ(日本)、／ポテトコロッケ(冷凍)、油、／焼ふ/国産、ベー コン/デンマーク(大阪)、たまねぎ/国産、パセリ粉、コンソメ、食塩、／チーズ、／ 七タゼリー/(日本)、／星たべよ/アメリカ・日本、／牛乳/京都、	七タゼリー,星たべ よ,牛乳	568(471) 13.5(11.6) 33.0(27.3) 2.4(1.9)
08 水	麦ごはん,鶏のさっぱり煮, じゃが芋の豆乳みそ汁	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、干しいたけ/九州、板こんにゃく/国産、とうがん/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、／じゃがいも/国産、はくさ い/国産、調製豆乳/カナダ(日本)、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、キャベツ/国産、ちくわ/タイ(日 本)、干しえび/中国、お好みソース、かつお節/国産、／生乳/京都	お好み焼き,牛乳	469(392) 17.1(14.5) 13.2(11.5) 4.0(3.2)
09 木	麦ごはん,鮭の香味焼き,中 華サラダ,にら玉スープ	米/国産、押麦/国産、／さけ/チリ、ねぎ/国産、しょうが/国産、にんにく/国産、 しょうゆ、酒、三温糖、ごま油、／レタス/国産、きょうな/国産、ミニトマト/国産、生 わかめ/鳴門、はるさめ/国産、酢、しょうゆ、三温糖、食塩、ごま油、すりごま/パ ラグアイ(日本)、／卵/国産、にら/国産、絹ごし豆腐/国産、中華だしの素、食 塩、片栗粉/北海道、／三温糖、抹茶、片栗粉/北海道、かんてん(粉)、水、牛 乳/京都、／生乳/京都	抹茶ミルク寒天,牛 乳	474(395) 22.7(18.9) 13.1(11.4) 2.5(2.0)
10 金	麦ごはん(丼),夏野菜の キーマカレー,アスパラの スープ	米/国産、押麦/国産、／牛ひき肉/国産、豚ひき肉/国産、にんじん/国産、たま ねぎ/国産、トマト/国産、なす/国産、ピーマン/国産、えだまめ(冷凍)/台湾、 油、カレールウ、／グリーンアスパラガス/メキシコ、コーン缶/北海道、しめじ/信 州、コンソメ、食塩、／ローレルパン/アメリカ(大阪)、小麦粉/アメリカ、砂糖、卵/国 産、バター/北海道、グラニュー糖、／牛乳/京都、	メロンパン,牛乳	577(478) 17.7(14.9) 19.6(16.6) 4.0(3.2)
11 土	皿うどん,オクラのスープ	オクラ/国産、はんぺん/(日本)、中華だしの素、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	453(379) 15.5(13.2) 23.7(19.8) 2.9(2.3)
13 月	麦ごはん,海鮮の塩炒め,わ かめのスープ	米/国産、押麦/国産、／生わかめ/鳴門、もやし/ミャンマー(京都)、中華だしの 素、食塩、／さつまいも/国産、三温糖、バター/北海道、卵/国産、／牛乳/京 都、	スイートポテト,牛乳	453(378) 16.9(14.3) 14.7(12.7) 3.4(2.7)
14 火	麦ごはん,さんまの蒲焼き, キャベツの梅肉和え,大根 のおすまし	米/国産、押麦/国産、／さんま/北海道、小麦粉/アメリカ、三温糖、しょうゆ、本 みりん、水、片栗粉/北海道、／キャベツ/国産、にんじん/国産、油揚げ/カナダ (京都)、ほうれんそう/京都、えのきたけ/国産、うめ干し/国産、しょうゆ、本みり ん、／だいこん/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、／ホットケーキ粉/アメリカ、卵/国産、ヨーグルト(無糖)、りんご/国 産、油、／調製豆乳/カナダ(日本)	りんごヨーグルト蒸 しパン,豆乳	585(483) 22.2(18.5) 25.7(21.4) 3.0(2.5)
15 水	麦ごはん,ラタトゥイユ,ブ ロッコリーのスープ	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、なす/国産、かぼちゃ/メキシコ、赤ピーマン/韓国、セロリー/国産、油、 ホールトマト缶詰/イタリア、コンソメ、三温糖、ウスターソース、食塩、／ブロッコ リー/国産、マッシュルーム/国産、コンソメ、食塩、／焼ふ/国産、バター/北海 道、黒砂糖/沖縄、しょうゆ、水、ごま/パラグアイ(日本)、食塩、／ソフトせんべい 塩味、／生乳/京都	麩かりんとう,ぱりん こ,牛乳	465(388) 13.8(11.8) 15.9(13.6) 4.0(3.2)
16 木	ジャージャー麺,ひじきの中 華和え	牛ひき肉/国産、豚ひき肉/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、たけのこ(ゆ で)/国産、コーン缶/北海道、しいたけ/国産、ゆで中華めん/カナダ(国産)、しょ うが/国産、にんにく/国産、ごま油、三温糖、しょうゆ、米みそ(淡色辛みそ)、片 栗粉/北海道、／もやし/ミャンマー(京都)、きゅうり/国産、ハム/国産、ひじき/国 産、ごま油、酢、しょうゆ、三温糖、食塩、／米/国産、納豆/北海道、卵/国産、 葉ねぎ/国産、ごま油、しょうゆ、中華だしの素、食塩、しょう、／生乳/京都	納豆チャーハン,牛 乳	532(442) 22.5(18.8) 19.8(16.8) 5.1(4.1)

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(丼),豚丼,小松菜のみそ汁	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、しめじ/信州、しらたき/国産、葉ねぎ/国産、油、酒、三温糖、本みりん、しょうゆ、食塩、煮干だし汁、／こまつな/京都、かぶ/国産、みょうが/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／食パン/アメリカ(日本)、マーマレード、／牛乳/京都、	マーマレードジャム サンド,牛乳	474(395) 16.7(14.1) 14.8(12.7) 4.0(3.2)
18 土	麦ごはん,クリームシチュー, フレンチサラダ	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、グリーンピース(冷凍)/アメリカ、バター/北海道、シチューミックスクリーム、牛乳/京都、／レタス/国産、ブロッコリー/国産、ミニトマト/国産、黄ピーマン/韓国、酢、油、食塩、こしょう、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	553(459) 16.3(13.8) 23.3(19.5) 4.0(3.2)
21 火	麦ごはん,レモンチキン,ス パゲティサラダ,コンソメ スープ	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、しょうゆ、本みりん、レモン果汁/国産、／ベーコン/デンマーク(大阪)、たまねぎ/国産、パセリ粉、コンソメ、食塩、／ぶどうゼリー、／星たべよ/アメリカ・日本、／牛乳/京都、	ぶどうゼリー,星た べよ,牛乳	583(483) 20.9(17.5) 25.9(21.6) 1.9(1.5)
22 水	麦ごはん,鶏のさっぱり煮, じゃが芋の豆乳みそ汁	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、干しいたけ/九州、板こんにゃく/国産、とうがん/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、／じゃがいも/国産、はくさい/国産、調製豆乳/カナダ(日本)、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、キャベツ/国産、ちくわ/タイ(日本)、干しえび/中国、お好みソース、かつお節/国産、／牛乳/京都	お好み焼き,牛乳	469(392) 17.1(14.5) 13.2(11.5) 4.0(3.2)
23 木	麦ごはん,鮭の香味焼き,中 華サラダ,にら玉スープ	米/国産、押麦/国産、／さけ/チリ、ねぎ/国産、しょうが/国産、にんにく/国産、しょうゆ、酒、三温糖、ごま油、／レタス/国産、きょうな/国産、ミニトマト/国産、生わかめ/鳴門、はるさめ/国産、酢、しょうゆ、三温糖、食塩、ごま油、すりごま/パ ラグアイ(日本)、／卵/国産、にら/国産、絹ごし豆腐/国産、中華だしの素、食塩、片栗粉/北海道、／三温糖、抹茶、片栗粉/北海道、かんてん(粉)、水、牛乳/京都、／牛乳/京都	抹茶ミルク寒天,牛乳	474(395) 22.7(18.9) 13.1(11.4) 2.5(2.0)
24 金	麦ごはん(丼),夏野菜の キーマカレー,アスパラの スープ	米/国産、押麦/国産、／牛ひき肉/国産、豚ひき肉/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、トマト/国産、なす/国産、ピーマン/国産、えだまめ(冷凍)/台湾、油、カレールウ、／グリーンアスパラガス/メキシコ、コーン缶/北海道、しめじ/信 州、コンソメ、食塩、／ロールパン/アメリカ(大阪)、小麦粉/アメリカ、砂糖、卵/国産、バター/北海道、グラニュー糖、／牛乳/京都、	メロンパン,牛乳	577(478) 17.7(14.9) 19.6(16.6) 4.0(3.2)
25 土	皿うどん,オクラのスープ	オクラ/国産、はんぺん/(日本)、中華だしの素、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	453(379) 15.5(13.2) 23.7(19.8) 2.9(2.3)
27 月	麦ごはん,海鮮の塩炒め,わかめのスープ	米/国産、押麦/国産、／生わかめ/鳴門、もやし/ミャンマー(京都)、中華だしの素、食塩、／さつまいも/国産、三温糖、バター/北海道、卵/国産、／牛乳/京都、	スイートポテト,牛乳	453(378) 16.9(14.3) 14.7(12.7) 3.4(2.7)
28 火	麦ごはん,さんまの蒲焼き, キャベツの梅肉和え,大根 のおすまし	米/国産、押麦/国産、／さんま/北海道、小麦粉/アメリカ、三温糖、しょうゆ、本みりん、水、片栗粉/北海道、／キャベツ/国産、にんじん/国産、油揚げ/カナダ(京都)、ほうれんそう/京都、えのきたけ/国産、うめ干し/国産、しょうゆ、本みりん、／だいこん/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、／ホットケーキ粉/アメリカ、卵/国産、ヨーグルト(無糖)、りんご/国産、油、／調製豆乳/カナダ(日本)	りんごヨーグルト蒸 しパン,豆乳	585(483) 22.2(18.5) 25.7(21.4) 3.0(2.5)
29 水	麦ごはん,ラタトゥイユ,ブ ロccoli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、なす/国産、かぼちゃ/メキシコ、赤ピーマン/韓国、セロリー/国産、油、ホールトマト缶詰/イタリア、コンソメ、三温糖、ウスターソース、食塩、／ブロッ コリー/国産、マッシュルーム/国産、コンソメ、食塩、／焼ふ/国産、バター/北海道、黒砂糖/沖縄、しょうゆ、水、ごま/パラグアイ(日本)、食塩、／ソフトせんべい塩味、／牛乳/京都	麩かりんとう,ぱりん こ,牛乳	465(388) 13.8(11.8) 15.9(13.6) 4.0(3.2)
30 木	ジャージャー麺,ひじきの中 華和え	牛ひき肉/国産、豚ひき肉/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、たけのこ(ゆで)/国産、コーン缶/北海道、しいたけ/国産、ゆで中華めん/カナダ(国産)、しょうが/国産、にんにく/国産、ごま油、三温糖、しょうゆ、米みそ(淡色辛みそ)、片栗粉/北海道、／もやし/ミャンマー(京都)、きゅうり/国産、ハム/国産、ひじき/国産、ごま油、酢、しょうゆ、三温糖、食塩、／米/国産、納豆/北海道、卵/国産、葉ねぎ/国産、ごま油、しょうゆ、中華だしの素、食塩、こしょう、／牛乳/京都	納豆チャーハン,牛乳	532(442) 22.5(18.8) 19.8(16.8) 5.1(4.1)
31 金	麦ごはん(丼),豚丼,小松菜のみそ汁	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、しめじ/信州、しらたき/国産、葉ねぎ/国産、油、酒、三温糖、本みりん、しょうゆ、食塩、煮干だし汁、／こまつな/京都、かぶ/国産、みょうが/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／食パン/アメリカ(日本)、マーマレード、／牛乳/京都、	マーマレードジャム サンド,牛乳	474(395) 16.7(14.1) 14.8(12.7) 4.0(3.2)