2015年07月 大原野こども園(一般)

2010-	<b>丰07月</b>		<b>大</b> 原野、	こども園(一般)
			おやつ	エネルギー たんぱく質
日付	献立名	材料名	(0 - 11 - )	たんはく質 脂質
			(◎は10時おやつ)	食物繊維
01	麦ごはん,ラタトゥイユ,ブ	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		465(388)
水	ロッコリーのスープ	/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	こ,牛乳	13.8(11.8)
		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		15.9(13.6)
		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		4.0(3.2)
02		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	納豆チャーハン,牛	532(442)
木	華和え	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	乳	22.5(18.8)
,		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		19.8(16.8)
		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、		5.1(4.1)
03	麦ごはん(丼),豚丼,小松	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	マーマレードジャム	474(395)
金	菜のみそ汁	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	サンド,牛乳	16.7(14.1)
		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		14.8(12.7)
		レード、/牛乳/京都、		4.0(3.2)
04		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	おせんべい,牛乳	553(459)
土	フレンチサラダ	/国産、じゃがいも/国産、グリンピース(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		16.3(13.8)
		/国産、黄ピーマン/韓国、酢、油、食塩、こしょう、/牛乳/京都、		23.3(19.5)
				4.0(3.2)
06	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	とうもろこしのおに	458(382)
月		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	ぎり,牛乳	17.3(14.7)
		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、		14.9(12.8)
		食塩、しょうゆ、/牛乳/京都、		3.3(2.7)
07	クロワッサン,星のコロッケ,	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		568(471)
火	スパゲティサラダ,コンソメ スープ,ひとくちチーズ	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、/ 七夕ゼリー/(日本)、/星たベよ/アメリカ・日本、/牛乳/京都、	よ,牛乳	13.5(11.6)
	7,02,97			33.0(27.3)
				2.4(1.9)
08	麦ごはん,鶏のさっぱり煮,	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	お好み焼き,牛乳	469(392)
水	じゃが芋の豆乳みそ汁	/国産、干ししいたけ/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		17.1(14.5)
		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		13.2(11.5)
		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		4.0(3.2)
09		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、	抹茶ミルク寒天,牛	474(395)
木	華サラダ,にら玉スープ	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	乳	22.7(18.9)
		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		13.1(11.4)
		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		2.5(2.0)
10	麦ごはん(丼),夏野菜の	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、	メロンパン,牛乳	577(478)
金	キーマカレー,アスパラの スープ	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		17.7(14.9)
		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、		19.6(16.6)
				4.0(3.2)
11	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)
土				15.5(13.2)
				23.7(19.8)
				2.9(2.3)
13	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	スイートポテト,牛乳	453(378)
月	N-00007X	都、		16.9(14.3)
				14.7(12.7)
				3.4(2.7)
14	麦ごはん,さんまの蒲焼き, キャベツの梅肉和え,大根	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	りんごヨーグルト蒸 しパン,豆乳	585(483)
火	のおすまし	(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	ン ' <b>ン</b> , <u>ワ</u> . fli	22.2(18.5)
		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		25.7(21.4)
	+ 4),1) - 2) , ,	産、油、/調製豆乳/カナダ(日本)。	<b>排</b> 上). /△ ) ) >	3.0(2.5)
15	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、	麩かりんとう,ぱりん こ,牛乳	465(388)
水		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	<u></u> , 1 ₹⊔	13.8(11.8)
		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		15.9(13.6)
<u> </u>	12, 12. <del>det</del> 2110 5 = 1	塩味 / 生乳 / 京都	<b>仲</b> コイ・・・	4.0(3.2)
16	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	納豆チャーハン,牛	532(442)
木	1-1H/L	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	aπ	22.5(18.8)
		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、		19.8(16.8)
<u> </u>		産わざ/国産 デキ油 しょうゆ 中華だしの素 食塩 こしょう /生乳/豆都		5.1(4.1)

## 献立表

			おやつ	エネルギー
日付	献立名	材料名		たんぱく質 脂質
			(◎は10時おやつ)	食物繊維
17	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	マーマレードジャム サンド,牛乳	474(395)
金	*VONCTI	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	y ∨ 1·, <del>1</del> -46	16.7(14.1)
		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、		14.8(12.7)
	+		15.11 ) 31 (4.5)	4.0(3.2)
18	友こはん,クリームンアュー, 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、グリンピース(冷凍)/アメリカ、バター/北海道、シ	おせんへい、午乳	553(459)
土		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、		16.3(13.8)
		/ 国性、奥に ーマン/ 韓国、BF、 佃、 良塩、こしより、 / 十乳/ 京和、		23.3(19.5)
21	麦ごはん,レモンチキン,ス	   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	ぶどうゼリー,星た	4.0(3.2) 583(483)
火	パゲティサラダ,コンソメ	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	べよ,牛乳	20.9(17.5)
	スープ	メ、食塩、/ぶどうゼリー、/星たベよ/アメリカ・日本、/牛乳/京都、		25.9(21.6)
				1.9(1.5)
22	麦ごはん,鶏のさっぱり煮,	************************************	お好み焼き,牛乳	469(392)
水	じゃが芋の豆乳みそ汁	/国産、干ししいたけ/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		17.1(14.5)
		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		13.2(11.5)
		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		4.0(3.2)
23		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、	抹茶ミルク寒天,牛	474(395)
木	華サラダ,にら玉スープ	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	乳	22.7(18.9)
		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		13.1(11.4)
		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		2.5(2.0)
24	麦ごはん(丼),夏野菜の キーマカレー,アスパラの	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、	メロンパン,牛乳	577(478)
金	スープ	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		17.7(14.9)
		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、		19.6(16.6)
0.5	mるじ) ナカニのフェブ	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	4.0(3.2)
25	皿うどん,オクラのスープ	イフノ/   国座、はんい ND/(日本/、下華にしい衆、良塩、/ 干れ/ 水即、	わせんべい、千孔	453(379)
土				15.5(13.2)
				23.7(19.8) 2.9(2.3)
27	麦ごはん.海鮮の塩炒め.わ	  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	スイートポテト.牛乳	453(378)
	かめのスープ	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	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	16.9(14.3)
),		和、		14.7(12.7)
				3.4(2.7)
28	麦ごはん,さんまの蒲焼き,	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	りんごヨーグルト蒸	585(483)
火	キャベツの梅肉和え,大根のおすまし	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	しパン,豆乳	22.2(18.5)
	<b>りわりまし</b>	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、		25.7(21.4)
		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)		3.0(2.5)
29	麦ごはん,ラタトゥイユ,ブ	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、		465(388)
水	ロッコリーのスープ	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	こ,牛乳	13.8(11.8)
		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		15.9(13.6)
	12. 12. <del>+=</del>	塩味 / 生乳 / 京都	(AL = - 7	4.0(3.2)
30	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	納豆チャーハン,牛乳	532(442)
木	1 1000	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	, -	22.5(18.8)
		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、		19.8(16.8) 5.1(4.1)
31	麦ごはん(丼),豚丼,小松	<u> </u>	マーマレードジャム	5.1(4.1) 474(395)
金	菜のみそ汁	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	サンド,牛乳	16.7(14.1)
JZ.		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		14.8(12.7)
		レード、/牛乳/京都、		4.0(3.2)
1	l	1	1	