

献立表

2015年09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 火	ロールパン,サーモンチャウダー,ジャーマンポテト	ロールパン/アメリカ(大阪)、／さけ/チリ、にんじん/国産、たまねぎ/国産、マカロニ/カナダ(日本)、はくさい/国産、ブロッコリー/国産、マッシュルーム/国産、バター/北海道、コンソメ、クリームチーズ、牛乳/京都、食塩、小麦粉/アメリカ、／じゃがいも/国産、ウインナー、たまねぎ/国産、えだまめ(冷凍)/台湾、グリーンアスパラガス/メキシコ、バター/北海道、食塩、こしょう、／なし/国産、 ／牛乳/京都	梨,きなこ餅せんべい,牛乳	548(455) 24.0(20.0) 21.3(18.0) 4.4(3.5)
02 水	麦ごはん,チンジャオロース,ワンタンスープ	米/国産、押麦/国産、／牛肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、ピーマン/国産、黄ピーマン/韓国、たけのこ(ゆで)/国産、チンゲンサイ/静岡、しょうが/国産、ごま油、オイスターソース、中華だしの素、しょうゆ、酒、食塩、／ワンタンの皮、にら/国産、ねぎ/国産、中華だしの素、食塩、／ホットケーキ粉/アメリカ、卵/国産、黒砂糖/沖縄、牛乳/京都、しょうゆ、油、ごま油、 ／牛乳/京都	マーラーカオ,牛乳	513(426) 16.5(14.0) 20.2(17.1) 3.4(2.7)
03 木	麦ごはん(丼),ギニリン,納豆汁	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、じゃがいも/国産、なす/国産、いんげん/国産、にんにく/国産、バター/北海道、こしょう、三温糖、しょうゆ、ホールトマト缶詰/イタリア、煮干だし汁、／納豆/北海道、だいこん/国産、葉ねぎ/国産、煮干だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、／食パン/アメリカ(日本)、たまねぎ/国産、ピーマン/国産、 ／牛乳/京都	ピザトースト,牛乳	502(418) 20.4(17.1) 14.9(12.8) 4.3(3.4)
04 金	えびときのこのスパゲッティ,パンプキンスープ	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、しめじ/信州、まいたけ/国産、干しいたけ/九州、ほうれんそう/京都、スパゲッティ/国産、油、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、／かぼちゃ/メキシコ、ブロッコリー/国産、コンソメ、食塩、／米/国産、うめ干し/国産、カットわかめ/国産、 ／牛乳/京都、	梅とわかめのおにぎり,牛乳	455(380) 18.8(15.8) 11.1(9.8) 4.2(3.4)
05 土	麦ごはん(土),中華丼,チンゲン菜のスープ	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、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、しょうゆ、中華だしの素、酒、三温糖、食塩、片栗粉/北海道、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	546(453) 16.1(13.6) 21.6(18.2) 3.9(3.1)
07 月	麦ごはん,鶏肉と里芋のごまみそ煮,ゆずのおすまし	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、にんじん/国産、さといも(冷凍)/国産、とうがん/国産、れんこん/国産、板こんにやく/国産、こまつな/京都、ごま油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、米みそ(淡色辛みそ)、すりごま/パラグアイ(日本)、煮干だし汁、片栗粉/北海道、／しいたけ/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、ゆず果汁/国産、 ／牛乳/京都	フランスパンのフレンチトースト,牛乳	516(429) 18.4(15.5) 15.6(13.4) 4.1(3.3)
08 火	麦ごはん,カレイのムニエル,コーンサラダ,ポパイスープ	米/国産、押麦/国産、／かれい/ロシア、小麦粉/アメリカ、食塩、こしょう、たまねぎ/国産、油、ホールトマト缶詰/イタリア、パセリ粉、ワイン(白)、ケチャップ、／ほうれんそう/京都、だいず水煮缶詰/国産、コンソメ、食塩、／白玉粉/国産、食塩、牛乳/京都、粉チーズ、油、／牛乳/京都、	ボンデケージョ,牛乳	506(421) 24.6(20.5) 18.2(15.5) 3.3(2.6)
09 水	麦ごはん,タンドリーチキン,ヤムウンセン,オクラとはんぺんのスープ,ラムネ	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、ヨーグルト(無糖)、ケチャップ、カレー粉、食塩、こしょう、／はるさめ/国産、レタス/国産、きゅうり/国産、セロリー/国産、生わかめ/鳴門、干しえび/中国、油、三温糖、酢、しょうゆ、レモン果汁/国産、／オクラ/国産、はんぺん/日本)、中華だしの素、食塩、／ラムネ、／ゆでくり、パパロア/国産、／ウエハース、／調製豆乳/カナダ(日本)	マロンムース,ウエファー,豆乳	579(479) 22.5(18.8) 24.5(20.4) 2.3(1.9)
10 木	焼きビーフン,厚揚げのみそ汁	豚肉(肩ロース)/国産、いか/南東太平洋、にんじん/国産、たまねぎ/国産、キャベツ/国産、ピーマン/国産、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、酒、食塩、ビーフン/タイ(日本)、／生揚げ、生わかめ/鳴門、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／さつまいも/国産、グラニュー糖、食塩、／牛乳/京都、	芋ようかん,牛乳	422(354) 16.6(14.1) 16.0(13.7) 3.4(2.7)
11 金	麦ごはん(丼),ビビンバ,舞茸のスープ	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、にら/国産、チンゲンサイ/静岡、大豆もやし、にんにく/国産、ねぎ/国産、ごま油、中華だしの素、三温糖、しょうゆ、／まいたけ/国産、きょうな/国産、中華だしの素、食塩、／強力粉/アメリカ、小麦粉/アメリカ、ベーキングパウダー、三温糖、バター/北海道、牛乳/京都、干しぶどう、／牛乳/京都、	スコーン,牛乳	488(406) 15.8(13.4) 17.4(14.8) 3.5(2.8)
12 土	カレーうどん,ツナサラダ	鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、にんじん/国産、たまねぎ/国産、油揚げ/カナダ(京都)、えのきたけ/国産、葉ねぎ/国産、ゆでうどん/カナダ(日本)、本みりん、しょうゆ、カレールウ、カレー粉、片栗粉/北海道、煮干だし汁、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	536(445) 18.5(15.6) 30.6(25.4) 3.6(2.9)
14 月	麦ごはん,親子煮,きゃべつのピーナッツ和え	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、卵/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、しいたけ/国産、凍り豆腐/国産(アメリカ)、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、／キャベツ/国産、こまつな/京都、にんじん/国産、しめじ/信州、ピーナッツバター/アメリカ、しょうゆ、三温糖、／焼ふ/国産、あおりのり/国産、バター/北海道、／ビスケット、 ／牛乳/京都	麩の青のりボール,動物ビスケット,牛乳	514(427) 18.3(15.5) 20.5(17.3) 4.5(3.6)
15 火	ロールパン,サーモンチャウダー,ジャーマンポテト	ロールパン/アメリカ(大阪)、／さけ/チリ、にんじん/国産、たまねぎ/国産、マカロニ/カナダ(日本)、はくさい/国産、ブロッコリー/国産、マッシュルーム/国産、バター/北海道、コンソメ、クリームチーズ、牛乳/京都、食塩、小麦粉/アメリカ、／じゃがいも/国産、ウインナー、たまねぎ/国産、えだまめ(冷凍)/台湾、グリーンアスパラガス/メキシコ、バター/北海道、食塩、こしょう、／なし/国産、 ／牛乳/京都	梨,きなこ餅せんべい,牛乳	548(455) 24.0(20.0) 21.3(18.0) 4.4(3.5)
16 水	麦ごはん,チンジャオロース,ワンタンスープ	米/国産、押麦/国産、／牛肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、ピーマン/国産、黄ピーマン/韓国、たけのこ(ゆで)/国産、チンゲンサイ/静岡、しょうが/国産、ごま油、オイスターソース、中華だしの素、しょうゆ、酒、食塩、／ワンタンの皮、にら/国産、ねぎ/国産、中華だしの素、食塩、／ホットケーキ粉/アメリカ、卵/国産、黒砂糖/沖縄、牛乳/京都、しょうゆ、油、ごま油、 ／牛乳/京都	マーラーカオ,牛乳	513(426) 16.5(14.0) 20.2(17.1) 3.4(2.7)

献立表

[illegible]