

献立表

2015年11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 |
|-----|----------------------------------|--|----------------------|--|
| 02月 | 麦ごはん(丼),ハヤシライス,ジンジャースープ | 米/国産,押麦/国産、/レタス/国産、ベーコン/デンマーク(大阪)、しょうが/国産、コンソメ、食塩、/食パン/アメリカ(日本)、ココア(ピュアココア)、グラニュー糖、マーガリン、/牛乳/京都、 | ココアトースト,牛乳 | 543(451) 18.0(15.2) 19.2(16.3) 4.1(3.3) |
| 04水 | 麦ごはん,豚肉のオイスター炒め,わかめスープ | 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、キャベツ/国産、まいたけ/国産、もやし/ミャンマー(京都)、にら/国産、ピーマン/国産、ごま油、中華だしの素、酒、しょうゆ、オイスターソース、/生わかめ/鳴門、はるさめ/国産、中華だしの素、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、ベーキングパウダー、アーモンド(乾)、 干ししいたけ/国産、/生乳/京都 | アーモンドカップ ケーキ,牛乳 | 539(447) 16.2(13.7) 22.8(19.2) 3.6(2.9) |
| 05木 | ロールパン,さつま芋グラタン,大豆と水菜のスープ | 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、さつまいも/国産、ブロッコリー/国産、マカロニ/カナダ(日本)、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、パン粉、/だいたい水蒸缶詰/国産、きょうな/国産、コンソメ、食塩、/りんご/国産、/おばあちゃんのぼたぼた焼き、/牛乳/京都、 | りんご,ぼたぼた焼き,牛乳 | 531(441) 20.1(16.8) 17.8(15.2) 5.4(4.4) |
| 06金 | 麦ごはん,さばの竜田揚げ風,青菜のおから和え,具だくさんみそ汁 | 米/国産,押麦/国産、/さば/ノルウェー、しょうゆ、酒、しょうが/国産、片栗粉/北海道、油、/ごまつな/京都、ほうれんそう/京都、にんじん/国産、油揚げ/カナダ(京都)、はくさい/国産、おから/カナダ(京都)、三温糖、しょうゆ、本みりん、/かぶ・葉/国産、板こんにゃく/国産、なめこ/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、/つぶしあん(砂糖添加)/国産、ゆでくり、パイ皮/大阪、 調製牛乳(加工乳) | 栗あんこパイ,豆乳 | 580(459) 24.6(18.4) 24.4(19.2) 6.7(5.4) |
| 07土 | 麦ごはん(土・丼),チキンカレー,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、さといも(冷凍)/国産、ピーマン/国産、油、カレールウ、/ブロッコリー/国産、しめじ/信州、コンソメ、食塩、/牛乳/京都、 | おせんべい,牛乳 | 522(434) 15.9(13.5) 17.4(14.9) 4.3(3.4) |
| 09月 | 麦ごはん,洋風肉じゃが,豆腐のおすまし | 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、じゃがいも/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、カレー粉、煮干だし汁、/絹ごし豆腐/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、/もち/国産、米/国産、赤みそ、三温糖、本みりん、酒、/牛乳/京都、 | 五平もち,牛乳 | 517(430) 15.7(13.3) 14.9(12.9) 3.5(2.8) |
| 10火 | 麦ごはん(丼),マーボー大根丼,春雨の中華和え | 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、だいこん/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、/はるさめ/国産、チンゲンサイ/静岡、ハム/国産、もやし/ミャンマー(京都)、生わかめ/鳴門、黄ピーマン/韓国、えのきたけ/国産、ごま油、酢、しょうゆ、三温糖、食塩、/小麦粉/アメリカ、米粉/国産、 | チヂミ,牛乳 | 510(424) 19.3(16.2) 16.5(14.1) 4.0(3.2) |
| 11水 | 麦ごはん,とりすき,ちくわのみそ汁 | 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、しゅんぎく/国産、干しいたけ/九州、焼き豆腐、焼ふ/国産、ねぎ/国産、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、煮干だし汁、/ちくわ/タイ(日本)、はくさい/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、/さつまいも/国産、れんこん/国産、油、食塩、/牛乳/京都、 | 野菜チップス,牛乳 | 475(396) 17.1(14.4) 17.4(14.8) 4.2(3.4) |
| 12木 | 麦ごはん,鮭のパン粉焼き,南瓜のサラダ,ミネストローネ | 米/国産,押麦/国産、/さけ/チリ、にんにく/国産、食塩、酒、しょうゆ、パン粉、パセリ粉、/かぼちゃ/メキシコ、にんじん/国産、きゅうり/国産、チーズ、干しぶどう、油、酢、食塩、こしょう、/キャベツ/国産、たまねぎ/国産、マッシュルーム/国産、ホールトマト缶詰/イタリア、コンソメ、食塩、/いちごプリン、/ビスケット、/牛乳/京都、 | いちごムース,ムー ンライト,牛乳 | 532(442) 23.2(19.4) 17.5(14.9) 3.1(2.5) |
| 13金 | 皿うどん,中華風コーンスープ | 豚肉(肩ロース)/国産、えび(むき身)/インド、たまねぎ/国産、はくさい/国産、かまぼこ/北米(日本)、ピーマン/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、食塩、片栗粉/北海道、揚げめん/アメリカ(日本)、/クリームコーン缶、コーン缶/北海道、もやし/ミャンマー(京都)、葉ねぎ/国産、卵/国産、中華だしの素、食塩、片栗粉/北海道、/ブルーベリージャム、食パン/アメリカ(日本)、 /生乳/京都 | ブルーベリージャ ムサンド,牛乳 | 459(383) 18.0(15.2) 18.8(16.0) 2.6(2.1) |
| 14土 | 麦ごはん(土),切干大根の炒め煮,小松菜のみそ汁 | 米/国産,押麦/国産、/鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、切り干しだいこん/宮崎、にんじん/国産、たまねぎ/国産、油揚げ/カナダ(京都)、いんげん/国産、ゆ、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、煮干だし汁、/ごまつな/京都、じゃがいも/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、/牛乳/京都、 | おせんべい,牛乳 | 499(415) 16.9(14.3) 19.6(16.6) 4.3(3.4) |
| 16月 | 麦ごはん(丼),ハヤシライス,ジンジャースープ | 米/国産,押麦/国産、/レタス/国産、ベーコン/デンマーク(大阪)、しょうが/国産、コンソメ、食塩、/食パン/アメリカ(日本)、ココア(ピュアココア)、グラニュー糖、マーガリン、/牛乳/京都、 | ココアトースト,牛乳 | 543(451) 18.0(15.2) 19.2(16.3) 4.1(3.3) |
| 17火 | 麦ごはん,五目つくね,ごぼうサラダ,ゆばのおすまし,カップゼリー | 米/国産,押麦/国産、/鶏ひき肉/ブラジル、木綿豆腐/国産、れんこん/国産、たまねぎ/国産、ひじき/国産、食塩、しょうゆ(うすくち)、本みりん、ごま油、/干し湯葉、ほうれんそう/京都、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、/カップゼリー/国産、/米/国産、しいたけ/国産、えのきたけ/国産、みつば/国産、酒、本みりん、しょうゆ、食塩、/牛乳/京都、 | きのこの炊き込み おにぎり,牛乳 | 543(451) 22.7(19.0) 17.9(15.2) 3.5(2.8) |
| 18水 | 麦ごはん,豚肉のオイスター炒め,わかめスープ | 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、キャベツ/国産、まいたけ/国産、もやし/ミャンマー(京都)、にら/国産、ピーマン/国産、ごま油、中華だしの素、酒、しょうゆ、オイスターソース、/生わかめ/鳴門、はるさめ/国産、中華だしの素、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、ベーキングパウダー、アーモンド(乾)、 干ししいたけ/国産、/生乳/京都 | アーモンドカップ ケーキ,牛乳 | 539(447) 16.2(13.7) 22.8(19.2) 3.6(2.9) |

