

献立表

2016年01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
04月	麦ごはん(丼),天津丼,いものこ汁	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、卵/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、しいたけ/国産、たけのこ(ゆで)/国産、チンゲンサイ/静岡、ごま油、中華だしの素、三温糖、しょうゆ、酢、食塩、片栗粉/北海道、／さといも、絹ごし豆腐/国産、しめじ/信州、鳥がらだし汁、食塩、／バナナ/フィリピン、／ソフトせんべい塩味、／牛乳/京都、	バナナ,ぱりんこ,牛乳	467(390) 15.4(13.1) 16.1(13.8) 3.1(2.5)
05火	麦ごはん,鮭のちゃんちゃん焼き,カレースープ	米/国産、押麦/国産、／さけ/チリ、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)、えのきたけ/国産、葉ねぎ/国産、バター/北海道、三温糖、米みそ(淡色辛みそ)、酒、しょうゆ、本みりん、／ブロッコリー/国産、じゃがいも/国産、コンソメ、カレー粉、食塩、／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	453(379) 19.8(16.6) 10.3(9.1) 4.7(3.8)
06水	七草がゆ,焼きからあげ,青菜のごま和え,そうめんのすまし	米/国産、七草/国産、しょうゆ(うすくち)、／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、／ほうれんそう/京都、にんじん/国産、油揚げ/カナダ(京都)、しめじ/信州、いんげん/国産、すりごま/パラグアイ(日本)、ねりごま、三温糖、しょうゆ、／干しそうめん、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、／ゼリー・オレンジ/国産、／チョイス、／牛乳/京都、	みかんゼリー,ビスコ,牛乳	602(498) 25.2(20.9) 25.4(21.3) 3.1(2.5)
07木	つきたておもち,豚汁	もち/国産、きな粉/国産、三温糖、食塩、しょうゆ、三温糖、／豚肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、だいこん/国産、ごぼう/国産、こまつな/京都、煮干だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、／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	482(401) 16.2(13.7) 11.6(10.2) 3.8(3.0)
08金	ロールパン,ナポリタンスパゲッティ,さつま芋の豆乳スープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／豚ひき肉/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、ピーマン/国産、マッシュルーム/国産、バター/北海道、トマトピューレ、ケチャップ、コンソメ、三温糖、ウスターソース、食塩、スパゲティ/国産、／さつまいも/国産、えだまめ(冷凍)/台湾、調製豆乳/カナダ(日本)、コンソメ、食塩、／米/国産、こんぶ(だし用)、しょうゆ、三温糖、本みりん、酒、／牛乳/京都、	佃煮昆布のおにぎり,牛乳	594(491) 21.6(18.1) 16.6(14.2) 6.0(4.8)
09土	麦ごはん(土),鶏のさっぱり煮,わかめスープ	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、にんじん/国産、れんこん/国産、だいこん/国産、チンゲンサイ/静岡、ごま油、三温糖、中華だしの素、酒、しょうゆ、酢、／カットわかめ/国産、コーン缶/北海道、ごま/パラグアイ(日本)、中華だしの素、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	454(379) 14.9(12.7) 16.3(14.0) 3.3(2.6)
12火	ロールパン,コーンシチュー,白菜のフルーツサラダ	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、じゃがいも/国産、コーン缶/北海道、ブロッコリー/国産、バター/北海道、クリームチーズ、コンソメ、牛乳/京都、クリームコーン缶、食塩、小麦粉/アメリカ、／はくさい/国産、りんご/国産、みかん缶/国産、きょうな/国産、きゅうり/国産、干しぶどう/アメリカ、油、酢、食塩、こしょう、／小麦粉/アメリカ、／ゼリー・オレンジ/国産、三温糖、／こんぶ(乾)、／コンド(乾)、／調製豆乳	アーモンドクッキー,豆乳	630(519) 18.9(15.9) 29.6(24.5) 5.5(4.4)
13水	じゅーしーごはん,チャンプルー,赤だしのみそ汁	米/国産、ひじき/国産、干しいたけ/九州、みつば/国産、しょうゆ、中華だしの素、本みりん、酒、／豚肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、木綿豆腐/国産、もやし/ミャンマー(京都)、にら/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、こまつな/京都、煮干だし汁、本みりん、赤みそ、／カステラ/アメリカ(日本)、／牛乳/京都、	野菜カステラ,おかき餅せんべい,牛乳	514(427) 18.8(15.8) 16.9(14.4) 3.8(3.1)
14木	麦ごはん(丼),根菜カレー,コンソメスープ	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、れんこん/国産、だいこん/国産、油、カレーパウダー、／レタス/国産、ベーコン/デンマーク(大阪)、えのきたけ/国産、コンソメ、食塩、パセリ粉/アメリカ、／さつまいも/国産、小麦粉/アメリカ、三温糖、／牛乳/京都、	鬼まんじゅう,牛乳	537(445) 14.2(12.1) 17.8(15.2) 3.6(2.9)
15金	しょうゆラーメン,中華和え	鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、たまねぎ/国産、チンゲンサイ/静岡、もやし/ミャンマー(京都)、生わかめ/鳴門、かまぼこ/北米(日本)、まいたけ/国産、コーン缶/北海道、ねぎ/国産、鳥がらだし汁、しょうゆ、ごま油、ゆで中華めん/カナダ(国産)、／きゅうり/国産、ハム/国産、黄ピーマン/韓国、キャベツ/国産、ごま油、酢、しょうゆ、三温糖、食塩、／牛乳/京都、	じゃこマヨラスク,牛乳	460(384) 22.9(19.1) 18.2(15.5) 4.4(3.5)
16土	麦ごはん(土・丼),野菜たっぷりそばろ丼,とろろ昆布のすまし	米/国産、押麦/国産、／鶏ひき肉/ブラジル、にんじん/国産、たまねぎ/国産、ほうれんそう/京都、たけのこ(水煮缶)、しょうが/国産、ごま油、三温糖、しょうゆ、食塩、煮干だし汁、／とろろこんぶ/国産、焼ふ/国産、かぶ/国産、煮干だし汁、しょうゆ(うすくち)、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	497(413) 18.8(15.8) 14.2(12.3) 3.8(3.1)
18月	麦ごはん(丼),天津丼,いものこ汁	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、卵/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、しいたけ/国産、たけのこ(ゆで)/国産、チンゲンサイ/静岡、ごま油、中華だしの素、三温糖、しょうゆ、酢、食塩、片栗粉/北海道、／さといも、絹ごし豆腐/国産、しめじ/信州、鳥がらだし汁、食塩、／バナナ/フィリピン、／ソフトせんべい塩味、／牛乳/京都、	バナナ,ぱりんこ,牛乳	467(390) 15.4(13.1) 16.1(13.8) 3.1(2.5)
19火	麦ごはん,鮭のちゃんちゃん焼き,カレースープ	米/国産、押麦/国産、／さけ/チリ、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)、えのきたけ/国産、葉ねぎ/国産、バター/北海道、三温糖、米みそ(淡色辛みそ)、酒、しょうゆ、本みりん、／ブロッコリー/国産、じゃがいも/国産、コンソメ、カレー粉、食塩、／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	453(379) 19.8(16.6) 10.3(9.1) 4.7(3.8)
20水	麦ごはん,焼きからあげ,青菜のごま和え,そうめんのすまし	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、／ほうれんそう/京都、にんじん/国産、油揚げ/カナダ(京都)、しめじ/信州、いんげん/国産、すりごま/パラグアイ(日本)、ねりごま、三温糖、しょうゆ、／干しそうめん、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、／ゼリー・オレンジ/国産、／チョイス、／牛乳/京都、	みかんゼリー,ビスコ,牛乳	605(500) 25.0(20.8) 25.5(21.3) 3.0(2.4)

献立表

[illegible]