

献立表

2016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 木	麦ごはん、豚肉と春雨の炒め物、舞茸のスープ	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、いか/南東太平、はるさめ/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、たけのこ/国産、にら/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、／まいたけ/国産、レタス/国産、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	460(348) 14.3(11.0) 13.5(10.4) 3.9(2.6)
02 金	ロールパン、ミートスパゲッティ、じゃが芋の豆乳スープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／じゃがいも/国産、ブロッコリー/国産、調製豆乳/カナダ(日本)、コンソメ、食塩、／プリン/国産、／牛乳/京都、	マロンムース、雪の宿、牛乳	650(497) 22.6(17.3) 24.3(18.9) 3.7(2.5)
03 土	焼きそば、チンゲン菜のスープ	豚肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、キャベツ/国産、もやし/ミャンマー(京都)、しめじ/信州、ゆで中華めん/カナダ(国産)、油、焼きそばソース、煮干だし汁、／チンゲンサイ/静岡、生わかめ/鳴門、中華だしの素、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい、牛乳	478(373) 16.5(12.7) 21.6(16.7) 3.7(2.5)
05 月	五目うどん、青菜のおから和え	鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、にんじん/国産、たまねぎ/国産、かまぼこ/北米(日本)、まいたけ/国産、葉ねぎ/国産、ゆでうどん/カナダ(日本)、酒、しょうゆ、本みりん、煮干だし汁、／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、／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、 砂糖、卵/国産、バター/北海道、	メロンパン、牛乳	511(380) 21.6(16.0) 20.3(15.1) 6.2(4.2)
06 火	ロールパン、タンドリーチキン、コーンサラダ、かき玉スープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、ヨーグルト(無糖)、ケチャップ、カレー粉、食塩、こしょう、／卵/国産、マッシュルーム/国産、パセリ粉/アメリカ、コンソメ、食塩、／米/国産、こんぶ(だし用)、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、／牛乳/京都、	佃煮昆布のおにぎり、牛乳	520(385) 24.4(17.9) 23.6(17.5) 5.0(3.3)
07 水	麦ごはん(丼)、マーボー茄子丼、オクラのスープ	米/国産、押麦/国産、／牛ひき肉/国産、豚ひき肉/国産、なす/国産、にんじん/国産、たまねぎ/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、三温糖、中華だしの素、酒、しょうゆ、米みそ(淡色辛みそ)、食塩、片栗粉/北海道、／オクラ/国産、えのきたけ/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、抹茶、 抹茶、 抹茶、	抹茶のカップケーキ、牛乳	556(412) 16.8(12.7) 22.1(16.0) 3.7(2.4)
08 木	麦ごはん、鮭のチーズ焼き、南瓜のサラダ、コンソメスープ	米/国産、押麦/国産、／さけ/チリ、ケチャップ、とろけるチーズ、小麦粉/アメリカ、食塩、こしょう、／かぼちゃ/メキシコ、きゅうり/国産、にんじん/国産、干しぶどう/アメリカ、油、酢、食塩、こしょう、／ベーコン/デンマーク(大阪)、たまねぎ/国産、コーン缶/北海道、コンソメ、食塩、／なし/国産、／牛乳/京都、	梨、きなこ餅せんべい、牛乳	492(389) 21.7(17.7) 15.1(12.1) 3.4(2.3)
09 金	麦ごはん、肉豆腐、さつま芋のみそ汁	米/国産、押麦/国産、／牛肉(肩ロース)/国産、焼き豆腐、にんじん/国産、たまねぎ/国産、板こんにゃく/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、煮干だし汁、／さつまいも/国産、こまつな/京都、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／焼ふ/国産、カレー粉、バター/北海道、食塩、／牛乳/京都、	麩のカレーボール、牛乳	517(386) 17.9(13.4) 23.7(17.1) 4.1(2.7)
10 土	麦ごはん(丼)、ハヤシライス、かぶのスープ	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、マッシュルーム/国産、ブロッコリー/国産、油、ハヤシルウ、／かぶ/国産、かぶ・葉/国産、コンソメ、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい、牛乳	571(442) 16.9(12.9) 24.5(18.6) 4.0(2.7)
12 月	麦ごはん、さんまのかば焼き、さっぱり和え、麩のみそ汁、ラムネ	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、／生わかめ/鳴門、きゅうり/国産、もやし/ミャンマー(京都)、ちくわ/タイ(日本)、えだまめ(冷凍)/台湾、三温糖、しょうゆ、酢、食塩、／焼ふ/国産、たまねぎ/国産、葉ねぎ/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／ラムネ、／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、 りんご/国産、油、 りんご/国産、油、	りんごヨーグルト蒸しパン、牛乳	570(421) 23.2(16.9) 22.5(16.3) 2.6(1.7)
13 火	麦ごはん(丼)、天津丼、大豆のスープ	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、干しいたけ/九州、チンゲンサイ/静岡、ごま油、三温糖、中華だしの素、しょうゆ、酢、食塩、片栗粉/北海道、／だいたい水煮缶詰/国産、きょうな/国産、中華だしの素、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	512(398) 18.3(14.2) 17.4(13.2) 3.7(2.6)
14 水	麦ごはん、鶏肉と里芋のごまみそ煮、豆腐のおすまし	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉、さといも、にんじん/国産、とうがん/国産、えのきたけ/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、／絹ごし豆腐/国産、生わかめ/鳴門、みつば/国産、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、／片栗粉/北海道、牛乳/京都、砂糖、きな粉/国産、三温糖、 食塩、 食塩、	ミルク餅、豆乳	460(347) 17.5(13.1) 12.1(9.4) 4.2(2.9)
15 木	麦ごはん、豚肉と春雨の炒め物、舞茸のスープ	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、いか/南東太平、はるさめ/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、たけのこ/国産、にら/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、／まいたけ/国産、レタス/国産、中華だしの素、食塩、／白玉粉/国産、かぼちゃ/メキシコ、絹ごし豆腐/国産、しょうゆ、三温糖、水、片栗粉/北海道、水、／牛乳/京都、	お月見団子、牛乳	499(374) 15.7(11.9) 11.8(9.3) 3.4(2.3)
16 金	ロールパン、ミートスパゲッティ、じゃが芋の豆乳スープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／じゃがいも/国産、ブロッコリー/国産、調製豆乳/カナダ(日本)、コンソメ、食塩、／プリン/国産、／牛乳/京都、	マロンムース、雪の宿、牛乳	650(497) 22.6(17.3) 24.3(18.9) 3.7(2.5)

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 土	焼きそば,チンゲン菜の スープ	豚肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、キャベツ/国産、もやし/ミャンマー(京都)、しめじ/信州、ゆで中華めん/カナダ(国産)、油、焼きそばソース、煮干だし汁、／チンゲンサイ/静岡、生わかめ/鳴門、中華だしの素、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	478(373) 16.5(12.7) 21.6(16.7) 3.7(2.5)
20 火	ロールパン,タンドリーチキン,コーンサラダ,かき玉 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、ヨーグルト(無糖)、ケチャップ、カレー粉、食塩、こしょう、／卵/国産、マッシュルーム/国産、パセリ粉/アメリカ、コンソメ、食塩、／もち/国産、米/国産、つぶしあん(砂糖添加)/国産、きな粉/国産、三温糖、食塩、／牛乳/京都、	おはぎ,牛乳	518(389) 24.5(18.0) 23.9(17.7) 4.0(2.7)
21 水	麦ごはん(丼),マーボー茄子 丼,オクラのスープ	米/国産、押麦/国産、／牛ひき肉/国産、豚ひき肉/国産、なす/国産、にんじん/国産、たまねぎ/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、三温糖、中華だしの素、酒、しょうゆ、米みそ(淡色辛みそ)、食塩、片栗粉/北海道、／オクラ/国産、えのきたけ/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、抹茶/ベトナム、砂糖/アメリカ、／アヲカ、井神豆、／牛乳/京都	抹茶のカップケーキ,牛乳	556(412) 16.8(12.7) 22.1(16.0) 3.7(2.4)
23 金	麦ごはん,肉豆腐,さつま芋 のみそ汁	米/国産、押麦/国産、／牛肉(肩ロース)/国産、焼き豆腐、にんじん/国産、たまねぎ/国産、板こんにゃく/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、煮干だし汁、／さつまいも/国産、こまつな/京都、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、／焼ふ/国産、カレー粉、バター/北海道、食塩、／牛乳/京都、	麩のカレーボール, 牛乳	517(386) 17.9(13.4) 23.7(17.1) 4.1(2.7)
24 土	麦ごはん(丼),ハヤシライ ス,かぶのスープ	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、マッシュルーム/国産、ブロッコリー/国産、油、ハヤシルウ、／かぶ/国産、かぶ・葉/国産、コンソメ、食塩、／牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	571(442) 16.9(12.9) 24.5(18.6) 4.0(2.7)
26 月	麦ごはん,さんまのかば焼 き,さっぱり和え,麩のみそ 汁	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、／生わかめ/鳴門、きゅうり/国産、もやし/ミャンマー(京都)、ちくわ/タイ(日本)、えだまめ(冷凍)/台湾、三温糖、しょうゆ、酢、食塩、／焼ふ/国産、たまねぎ/国産、葉ねぎ/国産、米みそ(淡色辛みそ)、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、／牛乳/京都	りんごヨーグルト蒸 しパン,牛乳	566(417) 23.2(16.9) 22.5(16.3) 2.6(1.7)
27 火	麦ごはん(丼),天津丼,大 豆のスープ	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、干しいたけ/九州、チンゲンサイ/静岡、ごま油、三温糖、中華だしの素、しょうゆ、酢、食塩、片栗粉/北海道、／だいず水煮缶詰/国産、きょうな/国産、中華だしの素、食塩、／食パン/アメリカ(日本)、ココア(ビュアココア)、グラニュー糖、マーガリン、／牛乳/京都、	ココアトースト,牛乳	512(398) 18.3(14.2) 17.4(13.2) 3.7(2.6)
28 水	麦ごはん,鶏肉と里芋のご まみそ煮,豆腐のおすまし	米/国産、押麦/国産、／鶏もも肉、さといも、にんじん/国産、とうがん/国産、えのきたけ/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、／絹ごし豆腐/国産、生わかめ/鳴門、みつば/国産、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、／片栗粉/北海道、牛乳/京都、砂糖、きな粉/国産、三温糖、食塩、／調製豆乳/カマタ(日本)	ミルク餅,豆乳	460(347) 17.5(13.1) 12.1(9.4) 4.2(2.9)
29 木	麦ごはん,豚肉と春雨の炒 め物,舞茸のスープ	米/国産、押麦/国産、／豚肉(肩ロース)/国産、いか/南東太平、はるさめ/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、たけのこ/国産、にら/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、／まいたけ/国産、レタス/国産、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	460(348) 14.3(11.0) 13.5(10.4) 3.9(2.6)
30 金	ロールパン,ミートスパゲッ ティ,じゃが芋の豆乳スー プ	ロールパン/アメリカ(大阪)、／じゃがいも/国産、ブロッコリー/国産、調製豆乳/カナダ(日本)、コンソメ、食塩、／プリン/国産、／牛乳/京都、	マロンムース,雪の 宿,牛乳	650(497) 22.6(17.3) 24.3(18.9) 3.7(2.5)