

献立表

2016年12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	ロールパン,サーモンチャウダー,キャベツのスープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、/さけ/チリ、さつまいも/国産、たまねぎ/国産、はくさい/国産、マッシュルーム/国産、ブロッコリー/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、/キャベツ/国産、ベーコン/デンマーク(大阪)、コンソメ、食塩、/みかん/国産、/ハッピーターン、/牛乳/京都、	みかん,ハッピーターン,牛乳	447(347) 19.9(15.1) 16.4(12.8) 3.1(2.1)
02 金	麦ごはん(丼),ギニリン,ヤムウンセン	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、いんげん/国産、にんにく/国産、バター/北海道、三温糖、しょうゆ、ホールトマト缶詰/イタリア、こしょう、煮干だし汁、/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、/食パン/アメリカ(日本)、/ブルーベリージャム/国産、/牛乳/京都	ブルーベリージャムサンド,牛乳	518(399) 16.7(13.0) 16.1(12.3) 4.0(2.7)
03 土	麦ごはん(土・丼),ハヤシライス,さつま芋のスープ	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、しめじ/信州、ブロッコリー/国産、油、ハヤシルウ、/さつまいも/国産、えだまめ(冷凍)/台湾、コンソメ、食塩、/牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	673(518) 18.3(14.0) 25.0(18.9) 4.8(3.2)
05 月	麦ごはん,ブルコギ,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、もやし/ミャンマー(京都)、にら/国産、まいたけ/国産、にんにく/国産、ごま油、三温糖、酒、しょうゆ、米みそ(淡色辛みそ)、こしょう、ごま/パラグアイ(日本)、/絹ごし豆腐/国産、ほうれんそう/京都、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、/さつまいも/国産、三温糖、バター/北海道、パイ皮/大阪、卵(黄)、黒砂糖、/牛乳/京都	さつま芋パイ,牛乳	526(392) 16.0(12.1) 23.3(16.8) 4.2(2.8)
06 火	しょうゆラーメン,中華和え	豚肉(肩ロース)/国産、かまぼこ/北米(日本)、コーン缶/北海道、生わかめ/鳴門、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)、/ひじき/国産、チンゲンサイ/静岡、もやし/ミャンマー(京都)、赤ピーマン/韓国、ごま油、三温糖、しょうゆ、酢、食塩、/食パン/アメリカ(日本)、抹茶、グラニュー糖、マーガリン、/調製豆乳/カナダ(日本)、	抹茶ラスク,豆乳	416(312) 17.3(13.1) 15.4(11.8) 4.5(3.2)
07 水	麦ごはん,南瓜のそぼろ煮,大根のみそ汁	米/国産、押麦/国産、/鶏ひき肉/ブラジル、かぼちゃ/メキシコ、たまねぎ/国産、えのきたけ/国産、いんげん/国産、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、片栗粉/北海道、/だいこん/国産、油揚げ/カナダ(京都)、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、/小麦粉/アメリカ、バター/北海道、ベーキングパウダー、レモン/チリ・アメリカ、卵/国産、グラニュー糖、食塩、/牛乳/京都	マドレーヌ,牛乳	526(392) 17.7(13.3) 19.9(14.6) 4.1(2.7)
08 木	ロールパン,鱈のカレームニエル,ポテトサラダ,豆乳スープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、/たら/北海道、小麦粉/アメリカ、カレー粉、食塩、こしょう、/キャベツ/国産、マッシュルーム/国産、調製豆乳/カナダ(日本)、コンソメ、食塩、/プリン/国産、/マリー、/牛乳/京都、	プリン,マリー,牛乳	456(364) 26.1(20.9) 18.0(14.3) 2.6(1.8)
09 金	麦ごはん(丼),マーボー大根丼,白菜のスープ	米/国産、押麦/国産、/牛ひき肉/国産、豚ひき肉/国産、だいこん/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、/はくさい/国産、コーン缶/北海道、中華だしの素、食塩、/白玉粉/国産、食塩、牛乳/京都、粉チーズ、油、/牛乳/京都、	ボンデケーキ,牛乳	529(395) 19.4(14.4) 17.9(13.3) 2.8(1.9)
10 土	皿うどん,わかめスープ	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、まいたけ/国産、にら/国産、しょうが/国産、揚げめん/アメリカ(日本)、ごま油、三温糖、中華だしの素、酒、しょうゆ、食塩、片栗粉/北海道、/生わかめ/鳴門、レタス/国産、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	462(348) 14.9(11.2) 25.0(18.8) 2.8(1.8)
12 月	麦ごはん,親子煮,里芋のみそ汁	米/国産、押麦/国産、/鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、卵/国産、凍り豆腐/国産(アメリカ)、にんじん/国産、たまねぎ/国産、干しいたけ/九州、みつば/国産、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、食塩、煮干だし汁、/さといも、しめじ/信州、葉ねぎ/国産、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、/強力粉/アメリカ、小麦粉/アメリカ、ベーキングパウダー、黒砂糖/沖縄、バター/北海道、牛乳/京都、/玉ねぎ/アメリカ、/牛乳/京都	黒糖スコーン,牛乳	515(384) 18.5(13.8) 17.4(13.0) 3.5(2.3)
13 火	麦ごはん,酢豚,水菜のスープ	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、たけのこ/国産、ピーマン/国産、パイン缶/フィリピン、油、三温糖、中華だしの素、酒、しょうゆ、酢、トマトピューレ、ケチャップ、食塩、片栗粉/北海道、/きょうな/国産、じゃがいも/国産、中華だしの素、食塩、/白玉粉/国産、絹ごし豆腐/国産、つぶしあん(砂糖添加)/国産、こしあん(生)/北海道、食塩、/さつまいも/国産、/牛乳/京都	白玉ぜんざい,牛乳	502(375) 17.2(12.9) 12.3(9.7) 4.7(3.1)
14 水	きつねうどん,春菊の三色和え	鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、たまねぎ/国産、えのきたけ/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、食塩、煮干だし汁、油揚げ/カナダ(京都)、三温糖、しょうゆ、煮干だし汁、/しゅんぎく/国産、にんじん/国産、こまつな/京都、切り干しだいこん/宮崎、しょうゆ、本みりん、/米/国産、かつお節/国産、しょうゆ、本みりん、/牛乳/京都、	おかかおにぎり,牛乳	441(342) 19.1(14.4) 14.9(11.4) 4.3(2.9)
15 木	ロールパン,サーモンチャウダー,キャベツのスープ	ロールパン/アメリカ(大阪)、/さけ/チリ、さつまいも/国産、たまねぎ/国産、はくさい/国産、マッシュルーム/国産、ブロッコリー/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、/キャベツ/国産、ベーコン/デンマーク(大阪)、コンソメ、食塩、/みかん/国産、/ハッピーターン、/牛乳/京都、	みかん,ハッピーターン,牛乳	447(347) 19.9(15.1) 16.4(12.8) 3.1(2.1)
16 金	麦ごはん(丼),ギニリン,ヤムウンセン	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、いんげん/国産、にんにく/国産、バター/北海道、三温糖、しょうゆ、ホールトマト缶詰/イタリア、こしょう、煮干だし汁、/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、/食パン/アメリカ(日本)、/ブルーベリージャム/国産、/牛乳/京都	ブルーベリージャムサンド,牛乳	518(399) 16.7(13.0) 16.1(12.3) 4.0(2.7)

