

献立表

2017年03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 水	麦ごはん,中華風野菜炒め,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、もやし/ミャンマー(京都)、にら/国産、ごま油、中華だしの素、酒、しょうゆ、食塩、生わかめ/鳴門、しいたけ/国産、葉ねぎ/国産、ごま/パラグアイ(日本)、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、水、さつまいも/国産、牛乳/京都	白玉ぜんざい,牛乳	488(367) 18.0(13.5) 13.2(10.2) 5.4(3.5)
02 木	ロールパン,ナポリタンスパゲッティ,コーンクリームスープ	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、しめじ/信州、バター/北海道、三温糖、コンソメ、トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、食塩、スパゲティ/国産、コーン缶/北海道、クリームコーン缶、牛乳/京都、コンソメ、食塩、パセリ粉/アメリカ、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	536(396) 19.1(14.4) 21.1(15.8) 5.1(3.5)
03 金	麦ごはん(丼),ひな寿司,手まりシュウマイ,花魁のおすまし	米/国産、押麦/国産、豚ひき肉/国産、えび(むき身)/インド、たまねぎ/国産、れんこん/国産、しょうが/国産、片栗粉/北海道、オイスターソース、ごま油、中華だしの素、しゅうまいの皮、焼ふ/国産、みつば/国産、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、三色ゼリー、ひなあられ(関西風)、カルピス/国産、水、	三色ゼリー,ひなあられ,カルピス	453(320) 15.7(10.6) 8.5(5.7) 3.3(2.2)
04 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、牛肉(肩ロース)/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、しめじ/信州、グリーンピース(冷凍)/アメリカ、油、ハヤシルー、さつまいも/国産、レタス/国産、コンソメ、食塩、牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	727(553) 19.1(14.5) 29.9(22.1) 4.7(3.1)
06 月	しょうゆラーメン,ひじきの中華和え	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、切り干しだいこん/宮崎、きゅうり/国産、にんじん/国産、ごま油、三温糖、しょうゆ、酢、食塩、米/国産、卵/国産、しらす干し/国産、コーン缶/北海道、あおりのり/国産、ごま油、しょうゆ、中華だしの素、牛乳/京都、	和風チャーハン,牛乳	426(318) 18.3(13.5) 14.5(11.0) 4.3(2.8)
07 火	麦ごはん,鮭のパン粉焼き,れんこんサラダ,かぶのスープ	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/アメリカ、かぶ/国産、かぶ・葉/国産、コンソメ、食塩、かんでん(粉)、牛乳/京都、砂糖、水、みかん缶/国産、パイン缶/フィリピン、もも缶/国産、砂糖、水、調製豆乳/カナダ(日本)、	牛乳寒天のフルーツポンチ,豆乳	418(330) 21.1(17.2) 13.1(10.4) 2.9(2.1)
08 水	麦ごはん,あったか肉だんご,納豆汁	米/国産、押麦/国産、鶏ひき肉/ブラジル、しょうが/国産、ごま油、片栗粉/北海道、食塩、こしょう、はくさい/国産、にんじん/国産、たまねぎ/国産、だいこん/国産、葉ねぎ/国産、鳥がらだし汁、酒、しょうゆ、食塩、納豆/北海道、ほうれんそう/京都、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、ホットケーキ粉/アメリカ、木綿豆腐/国産、グラニュー糖、油、牛乳/京都、	豆腐ドーナツ,牛乳	477(360) 17.8(13.3) 17.2(12.9) 3.6(2.4)
09 木	麦ごはん(丼),チキンカレー,白菜のスープ	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、じゃがいも/国産、しめじ/信州、ブロッコリー/国産、油、カレールウ、はくさい/国産、コーン缶/北海道、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	470(366) 14.6(11.4) 14.0(10.8) 3.4(2.3)
10 金	麦ごはん,肉豆腐,大根のおすまし	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、板こんにゃく/国産、干しいたけ/九州、いんげん/国産、油、三温糖、酒、しょうゆ、本みりん、煮干だし汁、だいこん/国産、こまつな/京都、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干だし汁、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、グラニュー糖、牛乳/京都、	メロンパン,牛乳	532(405) 17.7(13.6) 19.2(14.4) 3.4(2.3)
11 土	焼きビーフン,じゃが芋のスープ	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、ビーフン/タイ(日本)、ごま油、中華だしの素、酒、しょうゆ、食塩、じゃがいも/国産、にら/国産、中華だしの素、食塩、牛乳/京都、	おせんべい,牛乳	478(359) 15.1(11.4) 21.6(16.6) 2.3(1.5)
13 月	麦ごはん(丼),ギニリン,きゃべつのみそ汁	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、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、キャベツ/国産、油揚げ/カナダ(京都)、米みそ(淡色辛みそ)、煮干だし汁、牛乳/京都、	ツナサンド,牛乳	557(413) 21.5(15.8) 24.2(17.4) 3.5(2.3)
14 火	麦ごはん,レモンチキン,カリフラワーのカレーマヨサラダ,水菜のスープ	米/国産、押麦/国産、鶏もも肉(皮付き)/ブラジル、しょうゆ、本みりん、レモン果汁/国産、きょうな/国産、マッシュルーム/国産、コンソメ、食塩、小麦粉/アメリカ、マーガリン、卵/国産、三温糖、抹茶、牛乳/京都、	抹茶マーブルクッキー,牛乳	587(431) 21.5(15.7) 26.6(18.9) 2.4(1.6)
15 水	麦ごはん,中華風野菜炒め,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、もやし/ミャンマー(京都)、にら/国産、ごま油、中華だしの素、酒、しょうゆ、食塩、生わかめ/鳴門、しいたけ/国産、葉ねぎ/国産、ごま/パラグアイ(日本)、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、水、さつまいも/国産、牛乳/京都	白玉ぜんざい,牛乳	488(367) 18.0(13.5) 13.2(10.2) 5.4(3.5)
16 木	カスタードロール,ナポリタンスパゲッティ,コーンクリームスープ,ラムネ	カスタードロール、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、しめじ/信州、バター/北海道、三温糖、コンソメ、トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、食塩、スパゲティ/国産、コーン缶/北海道、クリームコーン缶、牛乳/京都、コンソメ、食塩、パセリ粉/アメリカ、ラムネ、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	543(403) 18.1(13.7) 25.5(19.5) 4.3(2.8)

