












二葉保育園 給食予定献立表



日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料	献立	材料
4	木	ごはん 鶏肉のカレームニエル ブロッコリーのさっぱりサラダ パン缶 みそ汁	鶏肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	ブロッコリー・コーン パン(缶詰) キャベツ・わかめ	米(国産) 小麦粉・油 砂糖	塩・カレーパウダー 青じそドレッシング(ノンオイル)	豆乳ウエハース	豆乳ウエハース	フライドポテト 牛乳	ポテトフライ・油 塩 加工乳
5	金	野菜たっぷりうどん ササミとオクラのおかか和え 白桃缶	豚肉 鶏ささみ・かつお節	白菜・玉ねぎ・人参・干しいだけ・万能ねぎ オクラ・人参 白桃(缶詰)	うどん	白だし 醤油・みりん風調味料	オレンジ	オレンジ	切干大根のおにぎり 牛乳	米(国産)・切干大根・人参 砂糖・醤油・焼きのり 加工乳
6	土	もずく丼 大根のサラダ りんご すまし汁	豚肉 	もずく・ピーマン・コーン・人参・しょうが 大根・人参 りんご 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産)・調合ごま油・砂糖・でん粉 玉ねぎドレッシング おつゆ麩	醤油・みりん風調味料 だし・醤油・塩			わかめおにぎり 牛乳	米(国産)・わかめご飯の素 焼きのり 加工乳
9	火	ごはん 魚の塩焼 ピーマンと人参のしりしり パン缶 みそ汁	さば 卵 油揚げ・赤みそ・白みそ	人参・ピーマン パン(缶詰) 玉ねぎ・わかめ	米(国産) 油 油	塩 塩 だし	五穀ビスケット	五穀ビスケット	揚げじゃがのり塩味 牛乳	じゃが芋・あおさのり 塩・油 加工乳
10	水	【お弁当の日】 					オレンジ	オレンジ 	マスカットゼリー 牛乳	マスカットゼリーの素・パン(缶詰) 黄桃(缶詰) 加工乳
11	木	キーマカレー 黄桃缶 トマトコンソメスープ	牛豚ひき肉	玉ねぎ・人参 黄桃(缶詰) かぼちゃ・白菜・ブロッコリー	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖	カレーフレーク・コンソメ・トマトケチャップ・醤油 トマトコンソメ	バナナ	バナナ	パウンドケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・バター 砂糖・卵 加工乳
12	金	スパゲティナポリタン バナナ 野菜たっぷりスープ	ウインナー バナナ	玉ねぎ・人参・ピーマン・にんにく・ドライパセリ バナナ キャベツ・もやし	スパゲティ・油・小麦粉・砂糖	料理酒・トマトケチャップ・ウスターソース・醤油・塩 コンソメ	オレンジ	オレンジ	ツナ味噌おにぎり 牛乳	米(国産)・ツナフレーク・赤みそ 醤油・砂糖・焼きのり 加工乳
13	土	ねぎ塩豚丼 オクラの甘酢和え りんご みそ汁	豚肉 ちくわ 赤みそ・白みそ	万能ねぎ・キャベツ・玉ねぎ・人参・にんにく・レモン果汁 オクラ・人参・コーン りんご 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産)・調合ごま油・白ごま 砂糖	塩・料理酒 酢・醤油 だし			ゆかりおにぎり 牛乳	米(国産)・ゆかり 焼きのり 加工乳
15	月	ごはん 魚の焼南蛮 クープイリチー パン缶 すまし汁	メルルーサ 豚肉・かまぼこ 豆腐	玉ねぎ・人参 細切昆布・人参 パン(缶詰) 白菜・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油・砂糖・調合ごま油 つきこんにゃく・油・砂糖	酢・醤油 醤油・みりん風調味料・だし だし・醤油・塩	ちよぼちよぼクッキー	ちよぼちよぼクッキー	紅いもちんすこう 牛乳	小麦粉・紅芋粉・油 砂糖・塩 加工乳
16	火	ごはん 鶏肉の唐揚げ 白菜のごま和え 白桃缶 みそ汁	鶏肉 ちくわ 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが 白菜・人参 白桃(缶詰) 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・でん粉・油 白ごま	醤油・料理酒 醤油・みりん風調味料 だし	オレンジ	オレンジ	バナナパンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・油 牛乳・バナナ 加工乳
17	水	ごはん 魚のトマト煮 マカロニサラダ オレンジ みそ汁	たら 赤みそ・白みそ	にんにく・玉ねぎ・トマトピューレ・ドライパセリ グリーンピース・人参・コーン オレンジ 大根・白菜・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油 マカロニ・マヨネーズ	塩・トマトケチャップ・料理酒 塩 だし	バナナ	バナナ	スコーン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・塩 バター・卵・ヨーグルト・パン(缶詰) 加工乳
18	木	じゅーしー 豚肉と豆腐のチャンプルー バナナ もずくスープ	豚肉 生揚げ・豚肉・かつお節 バナナ	人参・ひじき・干しいだけ・万能ねぎ キャベツ・人参・ピーマン・万能ねぎ バナナ もずく・玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産)・調合ごま油・黒こんにゃく 油・調合ごま油	醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし 醤油・塩 醤油・料理酒・和風だし・塩	オレンジ	オレンジ	サーターアングギー 牛乳	サーターアングギーミックス・砂糖・卵 牛乳・油 加工乳
19	金	ごはん 冬野菜のポトフ ミニ照り焼きチキン カラフルサラダ みかん	豚肉 鶏肉 	大根・人参・白菜・玉ねぎ・グリーンピース しょうが オクラ・人参・黄パプリカ みかん	米(国産) 砂糖・油 砂糖・玉ねぎドレッシング	コンソメ 醤油・みりん風調味料	バナナ	バナナ	メロンパン風トースト 牛乳	食パン・バター・卵 砂糖・小麦粉 加工乳
20	土	焼うどん りんご 野菜たっぷりすまし汁	豚肉・かつお節	キャベツ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ りんご 大根・白菜・人参・わかめ	うどん・油	中濃ソース・とんかつソース だし・醤油・塩			塩昆布のおにぎり 牛乳	米(国産)・しらす 塩昆布・焼きのり 加工乳
22	月	ごはん 豚肉とじゃが芋の旨煮 野菜の納豆和え 黄桃缶 みそ汁	豚肉 納豆 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・グリーンピース オクラ・人参 黄桃(缶詰) キャベツ・万能ねぎ	米(国産) じゃが芋・砂糖	だし・醤油・みりん風調味料・料理酒 醤油 だし	豆乳ウエハース	豆乳ウエハース	もずくのひらやーちー 牛乳	もずく・人参・ツナフレーク・ニラ・小麦粉 卵・牛乳・塩・油 加工乳
23	火	ごはん 魚のマヨネーズ焼 三色ナムル パン缶 コンソメスープ	メルルーサ	大根・ほうれん草・人参 パン(缶詰) かぼちゃ・白菜・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油・マヨネーズ 白ごま・砂糖・調合ごま油	塩 醤油・塩 コンソメ	オレンジ	オレンジ	ミルクーおさつポテト 牛乳	さつま芋・バター 牛乳・砂糖 加工乳
24	水	ピラフ ローストチキン トマトと胡瓜のマリネ オレンジ コンソメスープ	鶏肉 鶏肉	玉ねぎ・人参・グリーンピース にんにく トマト・きゅうり・人参 オレンジ かぼちゃ・玉ねぎ	米(国産)・油 油 砂糖	コンソメ・塩 味塩こしょう・醤油・料理酒 酢・醤油 コンソメ	バナナ	バナナ	お楽しみケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・ミルクココア(粉)・油 砂糖・白桃(缶詰)・ホイップクリーム 加工乳
25	木	ハヤシライス バナナ 野菜たっぷりスープ	牛肉 	玉ねぎ・人参・グリーンピース バナナ 白菜・もやし	米(国産)・油	ハヤシフレーク・トマトケチャップ・コンソメ・味塩こしょう コンソメ	オレンジ	オレンジ	きなこ揚げパン 牛乳	コッペパン・油・きな粉 砂糖・塩 加工乳
26	金	沖縄野菜そば ササミとオクラの和え物 みかん	豚肉 鶏ささみ・かつお節 みかん	キャベツ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ オクラ・コーン みかん	沖縄そば	だし・沖縄そばだし 醤油・みりん風調味料・だし	バナナ	バナナ	ケチャップライスおにぎり お茶	米(国産)・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース 油・トマトケチャップ・コンソメ・塩・バター 麦茶
27	土	炒飯 ツナと野菜のサラダ りんご 中華スープ	鶏ひき肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・グリーンピース 白菜・きゅうり・黄パプリカ りんご 大根・わかめ	米(国産)・油 玉ねぎドレッシング	中華だし・カレーパウダー 中華だし・醤油・塩			おかかおにぎり 牛乳	米(国産)・かつお節 醤油・焼きのり 牛乳
29	月	ごはん 魚の煮付け じゃが芋のカントリー炒め 白桃缶 すまし汁	さば 豚肉 豆腐	しょうが 人参・グリーンピース 白桃(缶詰) 玉ねぎ	米(国産) 砂糖 じゃが芋・油	だし・醤油・料理酒 だし・醤油・塩	五穀ビスケット	五穀ビスケット	パンフキンマフィン 牛乳	ホットケーキミックス・卵 砂糖・かぼちゃ 牛乳
30	火	ごはん ツナと茄子のオムレツ 拌三絲 みかん缶 みそ汁	卵・牛乳・ツナフレーク 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・なす・ドライパセリ 人参・きゅうり みかん(缶詰) キャベツ・万能ねぎ	米(国産) 油 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖・白ごま	コンソメ・塩・トマトケチャップ 酢・醤油 だし	オレンジ	オレンジ	大学芋 牛乳	さつま芋・油 砂糖・黒ごま 牛乳
31	水	ちゃんぽん 豆腐サラダ オレンジ	豚肉・さつま揚げ 豆腐・ツナフレーク	キャベツ・玉ねぎ・人参・コーン・さやいんげん 白菜・人参 オレンジ	ちゃんぽん麺・油 砂糖	味塩こしょう・中華だし・チャンポンスープ 青じそドレッシング(ノンオイル)	バナナ	バナナ	ピラフおにぎり 牛乳	米(国産)・コンソメ・塩・鶏ひき肉 玉ねぎ・人参・ドライパセリ・油 牛乳

※天候や仕入れの都合上献立を変更する場合がありますのでご了承ください。