



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	
1	火	ごはん 魚のつけ焼 オクラのごま和え パイン缶 みそ汁	さば	オクラ・人参 パイン 大根・キャベツ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・油 白ごま	醤油・みりん風調味料 醤油・みりん風調味料・だし	オレンジ	オレンジ	ココアちんすこう 牛乳	小麦粉・ココアパウダー・油 砂糖・塩 牛乳	
2	水	ちゃんぽん 照焼ミニチキン オレンジ	豚肉・さつま揚げ 鶏肉	キャベツ・玉ねぎ・人参・コーン・さやいんげん	ちゃんぽん麺・油 砂糖・油	味噌こしょう・中華だし・チャンポンスープ 醤油・みりん風調味料	バナナ	バナナ	そぼろおにぎり 牛乳	米(国産)・鶏ひき肉・グリーンピース・しょうが 砂糖・醤油・みりん風調味料・和風だし 牛乳	
3	木	ごはん オープンオムレツ ブロッコリーの甘酢和え 黄桃缶 コンソメスープ	卵・ツナフレーク・牛乳	玉ねぎ・人参・ピーマン ブロッコリー・人参 黄桃 大根・白菜・わかめ	米(国産) じゃが芋・油 砂糖	コンソメ・塩・トマトケチャップ 酢・醤油 コンソメ	オレンジ	オレンジ	アガラサー 牛乳	小麦粉・黒砂糖 油 牛乳	
4	金	ごはん 鶏肉の唐揚げ 野菜の納豆和え オレンジ すまし汁	鶏肉 納豆	しょうが 白菜・ほうれん草・人参 オレンジ 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・でん粉・油	醤油・料理酒 醤油	バナナ	バナナ	メロンパントースト 牛乳	食パン・バター・卵 砂糖・小麦粉 牛乳	
5	土	タコライス 野菜のさっぱりサラダ りんご みそ汁	鶏ひき肉・ミックスチーズ 鶏ささみ	玉ねぎ・キャベツ・トマト オクラ・コーン りんご 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産)・油 砂糖	トマトケチャップ 青じそドレッシング(ノンオイル) だし			おかかおにぎり 牛乳	米(国産)・かつお節 醤油 牛乳	
7	月	ごはん 魚のタルタル焼 ポークビーンズ 白桃缶 みそ汁	たら 豚肉・大豆	パセリ 玉ねぎ・グリーンピース 大根 大根・キャベツ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油・タルタルソース じゃが芋・油・砂糖	塩 コンソメ・トマトケチャップ だし	お菓子	お菓子	サーターアンダギー 牛乳	ホットケーキミックス・小麦粉・黒砂糖・砂糖 卵・牛乳・油 牛乳	
8	火	ごはん 豚肉と野菜のブルコギ風 拌三絲 バナナ すまし汁	豚肉	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン 人参・きゅうり バナナ 白菜・万能ねぎ	米(国産) 油・砂糖・白ごま 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖・白ごま	醤油・料理酒 酢・醤油	オレンジ	オレンジ	フルーツヨーグルト 牛乳	パン・白桃・黄桃 ヨーグルト・砂糖 牛乳	
9	水	沖縄そば ツナとオクラの中華和え オレンジ	豚角煮 ツナフレーク	人参・白菜・玉ねぎ・万能ねぎ オクラ・黄パプリカ オレンジ	米(国産) 砂糖・調合ごま油	沖縄そばだし 醤油・酢	バナナ	バナナ	もずくジュースおにぎり 牛乳	米(国産)・もち米・豚肉・調合ごま油・人参・もずく 万能ねぎ・醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし 牛乳	
10	木	ごはん 魚の西京焼 冬瓜のだしやー パイン缶 すまし汁	さば・白みそ かつお節 豆腐	冬瓜・人参・グリーンピース パイン 玉ねぎ・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・油 油・砂糖	料理酒・みりん風調味料 醤油・みりん風調味料・料理酒 だし・醤油・塩	オレンジ	オレンジ	いちごジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 牛乳	
12	土	五目炒飯 ツナと野菜のサラダ りんご みそ汁	豚肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・コーン・ピーマン キャベツ・人参 りんご 大根・わかめ・万能ねぎ	米(国産)・油 砂糖	中華だし・塩・醤油 青じそドレッシング(ノンオイル) だし			ごまごま蒸しパン 牛乳	小麦粉・砂糖 白ごま・黒ごま 牛乳	
14	月	ごはん 油淋鶏 しらすとブロッコリーのサラダ オレンジ すまし汁	鶏肉 しらす 豆腐	万能ねぎ ブロッコリー・人参・コーン オレンジ キャベツ・万能ねぎ	米(国産) でん粉・油・砂糖 玉ねぎドレッシング	料理酒・醤油・酢 だし・塩	お菓子	お菓子	麺のシュガーバター 牛乳	おつゆ・油 砂糖・バター 牛乳	
15	火	ごはん 魚のムニエル にんじんきんぴら 黄桃缶 みそ汁	メルルーサ さつま揚げ 油揚げ・赤みそ・白みそ	人参・大根 黄桃 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油 つきこんにゃく・油・砂糖	塩 醤油・みりん風調味料・だし だし	バナナ	バナナ	アップルケーキ 牛乳	りんご・ホットケーキミックス・砂糖 卵・バター・牛乳 牛乳	
16	水	カレーライス バナナ 野菜たっぷりスープ	豚肉	玉ねぎ・人参 バナナ かぼちゃ・白菜・もやし	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖	カレーライス・コンソメ・トマトケチャップ・醤油 コンソメ	オレンジ	オレンジ	チョコレートババロア 牛乳	チョコレートババロアの素 牛乳 牛乳	
17	木	ごはん ナベランプシー ブロッコリーのシークワサーの群の物 白桃缶 もずくスープ	豚肉・豆腐・赤みそ ちくわ	へちま・玉ねぎ・人参・しょうが ブロッコリー・人参・四季柑シークワサー 白桃 もずく・白菜・万能ねぎ	米(国産) 油・砂糖 砂糖	醤油・みりん風調味料 醤油 だし・料理酒・和風だし・塩	バナナ	バナナ	ココア揚げパン 牛乳	コッペパン・油・ココアパウダー 砂糖・塩 牛乳	
18	金	ごはん チキンテートマトソース もやしとコーンのおかか和え バナナ みそ汁	鶏肉 かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・トマトピューレ もやし・コーン・きゅうり バナナ 大根・キャベツ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油	塩・トマトケチャップ 醤油・みりん風調味料・だし だし	オレンジ	オレンジ	彩りフルーツボンチ 牛乳	杏仁風デザート・バナナ・みかん パイン・黄桃 牛乳	
19	土	焼きうどん オレンジ 野菜たっぷりすまし汁	豚肉・かつお節 豆腐	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン オレンジ 大根・白菜・万能ねぎ	うどん・油	焼きそばソース だし・塩			わかめおにぎり 牛乳	米(国産) わかめご飯の素 牛乳	
21	月	ポークハヤシライス パインアップル 野菜たっぷりスープ	豚肉	玉ねぎ・人参・ドライパセリ パイン キャベツ・人参	米(国産)・油 じゃが芋	パインアップル・トマトケチャップ・コンソメ・味噌こしょう コンソメ	お菓子	お菓子	プリン 牛乳	プリンの素・牛乳 ホイップクリーム 牛乳	
22	火	ごはん 魚のサクサク焼 野菜のケチャップ炒め 黄桃缶 みそ汁	メルルーサ 豚肉 白みそ・赤みそ	玉ねぎ・ピーマン 黄桃 キャベツ・万能ねぎ	米(国産) マヨネーズ・パン粉・油 じゃが芋・油・砂糖	塩・ウスターソース トマトケチャップ・醤油・みりん風調味料・料理酒 和風だし	バナナ	バナナ	フライドポテト 牛乳	ポテトフライ・油 塩 牛乳	
23	水	ヤニヨムチーズ豚丼 胡瓜の中華和え バナナ すまし汁	豚肉・ミックスチーズ 鶏ささみ	人参・玉ねぎ・さやいんげん きゅうり・人参 キャベツ・万能ねぎ	米(国産)・でん粉・砂糖 調合ごま油	味噌こしょう・醤油・料理酒・コチジャン・トマトケチャップ 醤油・みりん風調味料・中華だし だし・塩	オレンジ	オレンジ	お楽しみケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・油・砂糖 黄桃・ホイップクリーム 牛乳	
24	木	ごはん 鶏肉のバター焼 南瓜のそぼろ煮 オレンジ コンソメスープ	鶏肉 鶏ひき肉	かぼちゃ・玉ねぎ・さやいんげん オレンジ もやし・わかめ	米(国産) 小麦粉・油・バター 砂糖	塩 料理酒・だし・醤油 コンソメ	バナナ	バナナ	シュガートースト 牛乳	食パン・マーガリン 砂糖 牛乳	
25	金	野菜たっぷり醤油ラーメン ササミと白菜のサラダ バナナ	豚肉 鶏ささみ	キャベツ・玉ねぎ・人参・コーン・さやいんげん 白菜・人参 バナナ	ラーメン・油 砂糖	中華だし・醤油・減塩醤油ラーメンスープ 青じそドレッシング(ノンオイル)	オレンジ	オレンジ	炒飯おにぎり 牛乳	米(国産)・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・コーン グリーンピース・油・中華だし・味噌こしょう・醤油 牛乳	
26	土	ごはん 豚肉の甘辛煮 ブロッコリーの和え物 りんご みそ汁	豚肉	玉ねぎ・人参・グリーンピース ブロッコリー・コーン・人参 りんご キャベツ・万能ねぎ	米(国産) つきこんにゃく・油・砂糖	だし・醤油・みりん風調味料・料理酒 醤油・みりん風調味料・だし おつゆ			りんご蒸しパン 牛乳	りんご・小麦粉 砂糖・油 牛乳	
28	月	じゅーしー 豚肉と豆腐のチャンプルー パインアップル みそ汁	豚肉 生揚げ・豚肉・かつお節 赤みそ・白みそ	人参・ひじき・干しいだけ・万能ねぎ 玉ねぎ・にがうり・人参・ピーマン・万能ねぎ パイン 大根・白菜・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 だし	お菓子	お菓子	わかめおにぎり 牛乳	米(国産) わかめご飯の素 牛乳	
29	火	ごはん ローストチキン 冬瓜のそぼろ煮 白桃缶 かき玉汁	鶏肉 鶏ひき肉 卵	にんにく 冬瓜・人参・グリーンピース 白桃 玉ねぎ・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 油 油・砂糖	塩・醤油・料理酒 醤油・みりん風調味料・料理酒・だし だし・醤油・塩	バナナ	バナナ	さつま芋蒸しパン 牛乳	さつま芋・小麦粉 砂糖・油 牛乳	
30	水	【お弁当の日】									
31	木	中華丼 野菜の甘酢和え 中華スープ	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・干しいだけ・ピーマン 大根・きゅうり・人参 キャベツ・わかめ・万能ねぎ	米(国産)・油・でん粉 砂糖	中華だし・醤油・塩 酢・醤油 緑豆春雨	バナナ	バナナ	アイス 牛乳	アイス 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。