



# 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)	
			主にかだをつくるもの	主にか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
2	月	ごはん ツナと茄子のオムレツ 大根のきんぴら パイン缶 みそ汁	卵・牛乳・ツナフレーク さつま揚げ 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・なす・ドライパセリ 大根・人参・さやいんげん パイン(缶詰) キャベツ・万能ねぎ	米(国産) 油 油・砂糖	クッキンサブリF e 顆粒 コンソメ・塩・トマトケチャップ 醤油・みりん風調味料・料理酒 だし	のり塩おかき	やわらかおかき(のり塩味)	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 加工乳
3	火	ごはん 魚の磯辺揚げ 野菜の甘辛煮 白桃缶 みそ汁	メルルーサ 鶏肉 赤みそ・白みそ	あおさのり 人参・グリーンピース・しょうが 白桃(缶詰) 大根・玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 天ぷら粉・油 じゃが芋・糸こんにやく(白滝)・砂糖	クッキンサブリF e 顆粒 塩 醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし だし	バナナ	バナナ	クッキー 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖 卵・バター 加工乳
4	水	野菜たっぷりうどん ツナキャベツサラダ バナナ	豚肉 ツナフレーク	白菜・玉ねぎ・人参・干しいたけ・万能ねぎ キャベツ・人参 バナナ	うどん ごまドレッシング	クッキンサブリF e 顆粒 だし 白だし	オレンジ	オレンジ	ゲチャップライスおにぎり 牛乳	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 加工乳
5	木	ごはん 豚肉と野菜の黒糖生姜炒め ブロッコリーのおかか和え オレンジ 卵スープ	豚肉 かつお節 卵	玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン・しょうが ブロッコリー・コーン オレンジ 白菜・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 油・黒砂糖	クッキンサブリF e 顆粒 醤油・みりん風調味料 醤油・みりん風調味料・だし だし・醤油・塩	バナナ	バナナ	大学芋 牛乳	さつま芋・油 砂糖・黒ごま 加工乳
6	金	タコライス ツナと野菜のサラダ 黄桃缶 コンソメスープ	鶏ひき肉・ミックスチーズ ツナフレーク	玉ねぎ・キャベツ・トマト 白菜・コーン 黄桃(缶詰) もやし・わかめ・ドライパセリ	米(国産)・油 砂糖 じゃが芋	クッキンサブリF e 顆粒・トマトケチャップ 青じそドレッシング(ノンオイル) コンソメ	オレンジ	オレンジ	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
7	土	豚肉とシブイのとうとう丼 キャベツの甘酢和え りんご みそ汁	豚肉 赤みそ・白みそ	冬瓜・玉ねぎ・人参・しめじ キャベツ・きゅうり・人参 りんご 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産)・砂糖・でん粉 砂糖 じゃが芋	クッキンサブリF e 顆粒・だし・醤油・みりん風調味料・料理酒 酢・醤油 だし			わかめおにぎり 牛乳	米(国産) わかめご飯の素 加工乳
10	火	ごはん 魚の照焼き ピーマンと人参のしりしり みかん缶 みそ汁	たら 卵 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが 人参・ピーマン みかん(缶詰) 玉ねぎ・わかめ	米(国産) 砂糖・油 油	クッキンサブリF e 顆粒 醤油・みりん風調味料 塩 だし	のり塩おかき	やわらかおかき(のり塩味)	スコーン 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・バター 卵・牛乳・いちごジャム 加工乳
11	水	ごはん 回鍋肉(ほいこーろー) トマトと胡瓜の中華和え パイン缶 かき玉汁	豚肉・テンメンジャン ツナフレーク 卵	キャベツ・玉ねぎ・ニラ・しょうが・にんにく きゅうり・トマト・コーン パイン(缶詰) 白菜・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 油・砂糖・でん粉 砂糖・調合ごま油	クッキンサブリF e 顆粒 醤油・みりん風調味料 醤油・酢 だし・醤油・塩	バナナ	バナナ	さけわかめおにぎり 牛乳	米(国産)・さけほくし身 わかめご飯の素 加工乳
12	木	ごはん 魚の焼南蛮 クーブイリチー バナナ みそ汁	メルルーサ 豚肉・かまぼこ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参 細切昆布・人参 バナナ 大根・白菜・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油・砂糖・調合ごま油 つきこんにやく・油・砂糖	クッキンサブリF e 顆粒 酢・醤油 醤油・みりん風調味料・だし だし	オレンジ	オレンジ	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
13	金	チキンと茄子のスパゲティ オレンジ 野菜たっぷりスープ	鶏肉 オレンジ	玉ねぎ・なす・人参・にんにく・ドライパセリ オレンジ かぼちゃ・白菜・玉ねぎ	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	バナナ	バナナ	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 加工乳
16	月	ごはん 鶏肉の黒糖味噌焼 オクラのサラダ 白桃缶 すまし汁	鶏肉・赤みそ・白みそ ツナフレーク 豆腐	オクラ・人参 白桃(缶詰) わかめ	米(国産) 黒砂糖・油 砂糖	クッキンサブリF e 顆粒 料理酒・みりん風調味料 青じそドレッシング(ノンオイル) だし・醤油・塩	のり塩おかき	やわらかおかき(のり塩味)	紅いもちんすこう 牛乳	小麦粉・紅芋粉・油 砂糖・塩 加工乳
17	火	ごはん 豚肉と茄子の甘酢炒め 大根の中華和え バナナ みそ汁	豚肉 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・なす・人参・ピーマン 大根・きゅうり バナナ 白菜・万能ねぎ	米(国産) 油・砂糖・でん粉 砂糖・調合ごま油 お豆腐	クッキンサブリF e 顆粒 酢・醤油・トマトケチャップ・鶏がらスープ 醤油・酢 だし	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
18	水	ポークハヤシライス みかん缶 野菜たっぷりスープ	豚肉 豆腐	玉ねぎ・人参・グリーンピース みかん(缶詰) かぼちゃ・白菜・玉ねぎ	米(国産)・油	クッキンサブリF e 顆粒・パインフレーク・トマトケチャップ・コンソメ・醤油・和風だし コンソメ	バナナ	バナナ	菜めしおにぎり 牛乳	米(国産) 菜めしの素 加工乳
19	木	【49378沖縄料理の日】 じゅーしー 豚肉と豆腐のチャンプルー 黄桃缶 もずくスープ	豚肉 生揚げ・豚肉・かつお節	人参・ひじき・干しいたけ・万能ねぎ キャベツ・人参・ピーマン・万能ねぎ 黄桃(缶詰) もずく・玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産)・調合ごま油・黒こんにやく 油・調合ごま油	クッキンサブリF e 顆粒・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	スイートパンフキン 牛乳	かぼちゃ・バター・砂糖 牛乳・卵・黒ごま 加工乳
20	金	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 油揚げ・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 キャベツ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油 マカロニ・マヨネーズ	クッキンサブリF e 顆粒 塩・トマトケチャップ・料理酒 塩 だし	バナナ	バナナ	コーンおにぎり 牛乳	米(国産)・コーン 醤油・コンソメ 加工乳
21	土	焼うどん りんご 野菜たっぷりスープ	豚肉・かつお節	キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・万能ねぎ りんご かぼちゃ・白菜・玉ねぎ	うどん・油	中濃ソース・とんかつソース コンソメ			ゆかりおにぎり 牛乳	米・ゆかり 加工乳
23	月	ごはん 豚肉とシブイの旨煮 白菜と胡瓜のおかか和え パイン缶 みそ汁	豚肉 かつお節 油揚げ・赤みそ・白みそ	冬瓜・玉ねぎ・人参・グリーンピース きゅうり・白菜・人参 パイン(缶詰) キャベツ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖	クッキンサブリF e 顆粒 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 だし	のり塩おかき	やわらかおかき(のり塩味)	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・塩・油 加工乳
24	火	ごはん 魚のマヨネーズ焼 三色ナムル 白桃缶 コンソメスープ	メルルーサ	大根・ほうれん草・人参 白桃(缶詰) 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 じゃが芋	クッキンサブリF e 顆粒 塩 醤油・塩 コンソメ	バナナ	バナナ	フライドポテト 牛乳	ポテトフライ・油 塩 加工乳
25	水	秋野菜のキーマカレー バナナ 野菜たっぷりスープ	牛豚ひき肉 バナナ	かぼちゃ・玉ねぎ・人参・えのきたけ バナナ 白菜・玉ねぎ	米(国産)・さつま芋・油・砂糖	クッキンサブリF e 顆粒・カレーフレーク・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	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(糖)・油 砂糖・白桃(缶詰)・ホイップクリーム 加工乳
26	木	ごはん 鶏肉の唐揚げ トマトと胡瓜の酢の物 オレンジ みそ汁	鶏肉 豆腐・赤みそ・白みそ	しょうが トマト・きゅうり・人参 オレンジ キャベツ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・でん粉・油 砂糖	クッキンサブリF e 顆粒 醤油・料理酒 酢・醤油 だし	バナナ	バナナ	ジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 加工乳
27	金	【お弁当の日】					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 加工乳
28	土	炒飯 ササミとキャベツのサラダ りんご 中華スープ	鶏ひき肉 鶏ささみ	玉ねぎ・人参・グリーンピース キャベツ・人参 りんご 大根・わかめ	米(国産)・油 砂糖	クッキンサブリF e 顆粒・中華だし・カレーパウダー 青じそドレッシング(ノンオイル) 中華だし・醤油・塩			さつま芋蒸しパン 牛乳	さつま芋・ホットケーキミックス 砂糖・油 加工乳
30	月	ごはん 魚の煮付け じゃが芋のカントリー炒め みかん缶 コンソメスープ	さば 豚肉	しょうが 人参・グリーンピース みかん(缶詰) もずく・玉ねぎ・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖 じゃが芋・油	クッキンサブリF e 顆粒 だし・醤油・料理酒 醤油・みりん風調味料・和風だし コンソメ	のり塩おかき	やわらかおかき(のり塩味)	ツナマヨおにぎり 牛乳	米(国産)・ツナフレーク・マヨネーズ 加工乳
31	火	【ハロウィンお楽しみメニュー】 カレーピラフ チキンチャップ ブロッコリーのサラダ オレンジ パンキンクリームスープ	豚ひき肉・チーズ・ミックスチーズ 鶏肉 牛乳	玉ねぎ・グリーンピース・焼きのり ブロッコリー・赤パプリカ・コーン オレンジ かぼちゃ・ドライパセリ	米(国産)・バター 小麦粉・油・砂糖 砂糖	クッキンサブリF e 顆粒・カレーパウダー・コンソメ・醤油・塩 塩・トマトケチャップ・ウスターソース・コンソメ 青じそドレッシング(ノンオイル) パンキンクリームの素	バナナ	バナナ	アイス 牛乳	とけないアイス(バナナ) 加工乳

※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。