



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)	
			主にかからだをつくるもの	主にか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	水	ちゃんぽん オクラのおかか和え バナナ	豚肉・さつまいも 鶏ささみ・かつお節	キャベツ・玉ねぎ・人参・コーン・さやいんげん オクラ・人参 バナナ	ちゃんぽん麺・油	味噌・だし・中華だし・チャンポンスープ 醤油・みりん・調味料	オレンジ	オレンジ	ふりかけおにぎり 牛乳	米(国産)・のりたまごふりかけ 焼きのり 牛乳
2	木	ごはん 鶏肉の照焼き 白菜の甘酢和え パイン缶 すまし汁	鶏肉 ちくわ	しょうが 白菜・人参 パイン(缶詰) 大根・玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・油 砂糖	醤油・みりん・調味料 酢・醤油 だし・醤油・塩	バナナ	バナナ	アガラサー 牛乳	小麦粉・黒砂糖 油 牛乳
4	土	もずく丼 中華サラダ りんご みそ汁	豚肉 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	もずく・ピーマン・コーン・人参・しょうが ブロッコリー・人参 りんご キャベツ・わかめ	米(国産)・調合ごま油・砂糖・でん粉 砂糖・調合ごま油 おつゆ麩	醤油・みりん・調味料 醤油・酢 だし		ゆかりおにぎり 牛乳	米(国産)・ゆかり 焼きのり 牛乳	
6	月	ごはん 魚のタルタル焼 大根のきんぴら 白桃缶 みそ汁	メルルース さつまいも 油揚げ・赤みそ・白みそ	パセリ 大根・人参・さやいんげん 白桃(缶詰) 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油・タルタルソース 油・砂糖	塩 醤油・みりん・調味料・料理酒 だし	ちよぼちよぼクッキー	ちよぼちよぼクッキー	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 牛乳
7	火	ごはん 豚肉と野菜のブルコキ風 押三焼 バナナ みそ汁	豚肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・なす・人参・ピーマン 人参・きゅうり バナナ キャベツ・わかめ	米(国産) 油・砂糖・白ごま 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖・白ごま じゃが芋	醤油・料理酒 酢・醤油 だし	オレンジ	オレンジ	さつまいもチップス 牛乳	さつまいも・油 塩 牛乳
8	水	沖縄そば ささみとオクラの中華和え オレンジ	豚角煮 鶏ささみ	人参・玉ねぎ・万能ねぎ オクラ・黄パプリカ オレンジ	沖縄そば 砂糖・調合ごま油	だし・沖縄そばだし 醤油・酢	バナナ	バナナ	もずくシューシューおにぎり 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・調味料・料理酒・和風だし・焼きのり 牛乳
9	木	ごはん 魚の西京焼 冬瓜のだしやー 黄桃缶 すまし汁	メルルース かつお節	冬瓜・人参・グリーンピース 黄桃(缶詰) 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・油 油・砂糖 おつゆ麩	料理酒・みりん・調味料 醤油・みりん・調味料・料理酒 だし・醤油・塩	オレンジ	オレンジ	チーズ入りひらやーちー 牛乳	チーズ・ツナフレーク・人参・ニラ 小麦粉・卵・塩・油 牛乳
10	金	【お弁当の日】 					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
11	土	五目炒飯 ソーセージと野菜のサラダ りんご みそ汁	牛豚ひき肉 フィッシュソーセージ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・コーン・ピーマン ブロッコリー・人参 りんご 大根・ほうれん草・わかめ	米(国産)・油 砂糖 だし	中華だし・塩・醤油 青じそドレッシング(ノンオイル) だし			かぼちゃ蒸しパン 牛乳	かぼちゃ・ホットケーキミックス 砂糖・油 牛乳
13	月	ごはん 油淋鶏(ユウリンチー) 白菜のごま和え みかん缶 すまし汁	鶏肉 豆腐	万能ねぎ 白菜・人参 みかん(缶詰) 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) でん粉・油・砂糖 白ごま	料理酒・醤油・酢 醤油・みりん・調味料・だし だし・塩	五穀ビスケット	五穀ビスケット	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 牛乳
14	火	ごはん 魚のムニエル 野菜のケチャップソテー バナナ みそ汁	メルルース 豚肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	なす・玉ねぎ・人参・ピーマン バナナ 大根・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油 油・砂糖 だし	塩 トマトケチャップ・醤油・みりん・調味料・料理酒 だし	オレンジ	オレンジ	お好み焼き 牛乳	小麦粉・卵・豚肉・油・キャベツ 人参・だし・お好み焼きソース・あおさのり・かつお節 牛乳
15	水	【お誕生会】 秋野菜カレーライス オレンジ 野菜たっぷりスープ	豚肉 	玉ねぎ・人参・しめじ・えのきたけ オレンジ かぼちゃ・白菜・もやし	米(国産)・じゃが芋・さつまいも・油・砂糖 コンソメ	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	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 牛乳
16	木	【琉球料理の日】 ごはん 沖縄風煮つけ キャベツのシークォーサー酢の物 パイン缶 アーサ汁	豚肉・生揚げ ちくわ 豆腐	大根・人参・さやいんげん キャベツ・人参・四季柑シークォーサー パイン(缶詰) あおさのり・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・黒こんにやく 砂糖	醤油・料理酒・だし・みりん・調味料 醤油 だし・塩	オレンジ	オレンジ	ココア揚げパン 牛乳	ココアパン・油・ココアパウダー 砂糖・塩 牛乳
17	金	野菜入り肉うどん ブロッコリーとコーンのおかか和え 白桃缶	豚肉 鶏ささみ・かつお節	白菜・玉ねぎ・人参・わかめ・万能ねぎ ブロッコリー・コーン・人参 白桃(缶詰)	うどん・砂糖	醤油・みりん・調味料・料理酒・白だし 醤油・みりん・調味料・だし	バナナ	バナナ	アンダースおにぎり 牛乳	米(国産)・豚肉・赤みそ・料理酒 砂糖・みりん・調味料・焼きのり 牛乳
18	土	ねぎ塩豚丼 キャベツのサラダ りんご みそ汁	豚肉 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	万能ねぎ・玉ねぎ・人参・にんにく・レモン果汁 キャベツ・人参 りんご かぼちゃ・万能ねぎ	米(国産)・調合ごま油・白ごま マヨネーズ おつゆ麩	塩・料理酒 だし			さつまいも蒸しパン 牛乳	さつまいも・ホットケーキミックス 砂糖・油 牛乳
20	月	ごはん 鶏肉の唐揚げ オクラとトマトのサラダ 黄桃缶 コンソメスープ	鶏肉 チーズ	しょうが オクラ・トマト 黄桃(缶詰) 白菜	米(国産) 小麦粉・でん粉・油 ごまドレッシング じゃが芋	醤油・料理酒 コンソメ	豆乳ウエハース	豆乳ウエハース	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 牛乳
21	火	ごはん 魚のサクサク焼 大根の甘酢和え バナナ みそ汁	メルルース 白みそ・赤みそ	大根・人参・コーン バナナ キャベツ・万能ねぎ	米(国産) マヨネーズ・パン粉・油 砂糖 おつゆ麩	塩・ウスターソース 酢・醤油 和風だし	オレンジ	オレンジ	タマゴサンド 牛乳	ココアパン たまごサラダ 牛乳
22	水	【お楽しみメニュー】 牛肉とコーンのペッパーライス風 ミニローストチキン 茹で野菜 オレンジ 具だくさんトマトスープ	牛肉 鶏肉	コーン・人参・グリーンピース・にんにく にんにく ブロッコリー オレンジ かぼちゃ・大根・白菜・わかめ	米(国産)・バター 油 	醤油・みりん・調味料・料理酒 塩・醤油・料理酒 青じそドレッシング(ノンオイル) トマトコンソメ	バナナ	バナナ	じゃこと塩昆布のおにぎり 牛乳	米(国産)・白だし しらす・塩昆布 牛乳
24	金	ホークハヤシライス みかん缶 野菜たっぷりスープ	豚肉 みかん缶	玉ねぎ・人参・ドライパセリ みかん(缶詰) かぼちゃ・キャベツ・玉ねぎ・わかめ	米(国産)・油 	醤油・みりん・調味料・料理酒 コンソメ	ちよぼちよぼクッキー	ちよぼちよぼクッキー	ココアちんすこう 牛乳	小麦粉・ミルクココア(粉)・油 砂糖・塩 牛乳
25	土	焼きそば りんご 野菜たっぷり中華スープ	豚肉・かつお節 豆腐	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン りんご 大根・白菜・わかめ・万能ねぎ	焼きそば用麺・油	焼きそばソース 中華だし・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 牛乳
27	月	ごはん タマナーチャンプルー ちくわの磯辺揚げ パイン缶 みそ汁	生揚げ・豚肉・かつお節 ちくわ 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・万能ねぎ あおさのり パイン(缶詰) 大根・白菜・万能ねぎ	米(国産) 油・調合ごま油 小麦粉・油	醤油・塩 塩 だし	五穀ビスケット	五穀ビスケット	かぼちゃのスコーン 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・かぼちゃ 牛乳
28	火	ごはん 鶏肉のバーベキューソース 野菜のそぼろ煮 黄桃缶 かき玉汁	鶏肉 鶏ひき肉 卵	玉ねぎ・人参・グリーンピース 黄桃(缶詰) 玉ねぎ・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油・砂糖・でん粉 油・じゃが芋・砂糖・でん粉	塩・料理酒・ウスターソース・トマトケチャップ・醤油・コンソメ 醤油・みりん・調味料・だし だし・醤油・塩	オレンジ	オレンジ	サーターアングァー 牛乳	小麦粉・黒砂糖 卵・油 牛乳
29	水	野菜たっぷり煮込みうどん 大豆のサラダ オレンジ	味付け油揚げ 鶏ささみ・大豆	玉ねぎ・白菜・人参・わかめ・万能ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参 オレンジ	うどん マヨネーズ	だし・醤油・みりん・調味料・塩	バナナ	バナナ	菜めしおにぎり 牛乳	米(国産)・菜めしの素 焼きのり 牛乳
30	木	中華丼 野菜の甘酢和え バナナ 中華スープ	豚肉 ちくわ	白菜・玉ねぎ・人参・干しいたけ・ピーマン 大根・人参 バナナ キャベツ・わかめ・万能ねぎ	米(国産)・油・でん粉 砂糖 砂糖 緑豆春雨	中華だし・醤油・塩 酢・醤油 中華だし・醤油・塩	オレンジ	オレンジ	アイス 牛乳	とけないアイス(バナナ) 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。