



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	土	焼うどん フルーツ けんちん汁	豚肉・かつお節 さつま揚げ・豆腐	キャベツ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ オレンジ 大根・人参・白菜・万能ねぎ	うどん・油 黒こんにゃく	中濃ソース 醤油・塩・和風だし			おかかおにぎり 牛乳	米(国産)・かつお節 醤油・焼きのり 加工乳
3	月	ごはん 筑前煮 ブロッコリーの塩昆布和え 黄桃缶 すまし汁	鶏肉 ちくわ	大根・人参・干しいたけ・グリーンピース ブロッコリー・人参・塩昆布 黄桃(缶詰) 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 黒こんにゃく・油・砂糖	クッキンサプリF e 顆粒 だし・醤油・みりん風調味料 醤油	ちょぼちょぼクッキー	ちょぼちょぼクッキー	アップルパンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・りんご(缶詰)・おろしりんご 牛乳・油 加工乳
4	火	タコライス かぼちゃサラダ パイン缶 コンソメスープ	鶏ひき肉・ミックスチーズ	玉ねぎ・キャベツ・トマト かぼちゃ・コーン・きゅうり パイン(缶詰) 白菜・わかめ・ドライパセリ	米(国産)・油 マヨネーズ じゃが芋	トマトケチャップ コンソメ	オレンジ	オレンジ	もずくのひらやちー 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
5	水	ごはん 豚肉と野菜のチャンプルー オクラの酢の物 オレンジ みそ汁	豚肉・生揚げ・かつお節・卵 ちくわ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・白菜・人参・万能ねぎ オクラ・人参 オレンジ 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 油・調合ごま油 砂糖 さつま芋	クッキンサプリF e 顆粒 醤油・塩・味噌しょう 酢・醤油 だし	バナナ	バナナ	シークワーサーケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・バター 卵・四季柑シークワーサー 加工乳
6	木	野菜たっぷり煮込みうどん ツナと大根のごま和え バナナ	油揚げ・豚肉 ツナフレーク	白根・玉ねぎ・人参・わかめ・万能ねぎ・だし昆布 大根・ほうれん草・人参 バナナ	うどん 白ごま	だし・醤油・みりん風調味料・塩 醤油・みりん風調味料	オレンジ	オレンジ	ふりかけおにぎり 牛乳	米(国産) しそ風味ふりかけ 加工乳
7	金	ごはん 魚の磯辺焼き ひじきの煮物 白桃缶 みそ汁	メルルーサ さつま揚げ 豆腐・赤みそ・白みそ	あおさのり ひじき・人参・グリーンピース 白桃(缶詰) 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・砂糖・油 さつま芋・砂糖	クッキンサプリF e 顆粒 醤油・みりん風調味料・料理酒 醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし だし	バナナ	バナナ	シュガー揚げパン 牛乳	コッパン・油 グラニュー糖 加工乳
10	月	ごはん ヤンニョムチキン風 ふーいりちー みかん缶 すまし汁	鶏肉・赤みそ 卵・豚肉	しょうが 玉ねぎ・人参・ほうれん草 みかん(缶詰) 大根・キャベツ・万能ねぎ	米(国産) でん粉・油・砂糖・白ごま 車麩・油	クッキンサプリF e 顆粒 塩・料理酒・トマトケチャップ・みりん風調味料・醤油 沖繩そばだし・塩 だし・醤油・塩	豆乳ウエハース	豆乳ウエハース	あじさいゼリー 牛乳	ぶどうゼリーの素 マスカットゼリーの素 加工乳
11	火	ごはん 魚の甘辛焼き ちくわと白菜のゆかり和え 黄桃缶 みそ汁	さば ちくわ 赤みそ・白みそ	しょうが 白菜・人参 黄桃(缶詰) 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・油 じゃが芋	クッキンサプリF e 顆粒 醤油・料理酒 ゆかり 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 加工乳
12	水	カレーライス オレンジ 野菜たっぷりスープ	豚肉 オレンジ	玉ねぎ・人参 かぼちゃ・キャベツ・人参・わかめ	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 コンソメ	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
13	木	野菜たっぷり塩ラーメン ササミとオクラのおかか和え バナナ	豚肉 鶏ささみ・かつお節 バナナ	玉ねぎ・人参・コーン・小松菜 オクラ・人参 バナナ	ラーメン・油	醤油・中華だし・塩ラーメンスープ 醤油・みりん風調味料	オレンジ	オレンジ	ケチャップライスおにぎり 牛乳	米(国産)・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参 ドライパセリ・油・コンソメ・トマトケチャップ 加工乳
14	金	ごはん 魚のコーンマヨネーズ焼き ウインナーと野菜のソテー パイン缶 みそ汁	メルルーサ ウインナー 豆腐・赤みそ・白みそ	コーン ブロッコリー・玉ねぎ・人参 パイン(缶詰) キャベツ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油・マヨネーズ 油	クッキンサプリF e 顆粒 塩 コンソメ だし	バナナ	バナナ	ヨーグルトマフィン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・ヨーグルト・卵 加工乳
15	土	とりそぼろ丼 豆腐とキャベツのサラダ フルーツ すまし汁	鶏ひき肉 ちくわ・豆腐	玉ねぎ・しょうが・グリーンピース キャベツ・人参 オレンジ 白菜・万能ねぎ	米(国産)・砂糖・でん粉 砂糖 おつゆ	醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし・塩 青じそドレッシング(ノンオイル) だし・醤油・塩			ゆかりおにぎり 牛乳	米(国産)・ゆかり 焼きのり 加工乳
17	月	ごはん 魚のつけ焼 大根の酢の物 白桃缶 豚汁	メルルーサ さつま揚げ 豚肉・豆腐・赤みそ・白みそ	大根・きゅうり・コーン 白桃(缶詰) 人参・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・油 砂糖 じゃが芋・つきこんにゃく	クッキンサプリF e 顆粒 醤油・みりん風調味料 酢・醤油 だし	五穀ビスケット	五穀ビスケット	彩りフルーツポンチ 牛乳	杏仁風デザート・バナナ 黄桃(缶詰)・白桃(缶詰) 加工乳
18	火	チキンと茄子のスパゲティ みかん缶 野菜たっぷりスープ	鶏肉	玉ねぎ・人参・にんにく・ドライパセリ みかん(缶詰) かぼちゃ・キャベツ・人参・わかめ	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	豚と昆布のじゃーれーおにぎり 牛乳	米(国産)・豚肉・調合ごま油・人参・干しいたけ・塩昆布 万能ねぎ・醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし 加工乳
19	水	豚肉の生姜焼き丼 ブロッコリーのサラダ オレンジ すまし汁	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・さやいんげん・しょうが ブロッコリー・人参・玉ねぎ オレンジ 大根・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 米(国産)・油・砂糖	クッキンサプリF e 顆粒 醤油・みりん風調味料・料理酒 だし・醤油・塩	バナナ	バナナ	黒糖サターアングダー 牛乳	サターアングダーミックス・砂糖・卵 牛乳・油 加工乳
20	木	ごはん 揚げ鶏のシークワーサー醤油がらめ 白菜の塩昆布和え バナナ かき玉汁	鶏肉 ツナフレーク 卵	四季柑シークワーサー 白菜・きゅうり・人参・塩昆布 バナナ 玉ねぎ・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・でん粉・油・砂糖	クッキンサプリF e 顆粒 塩・醤油・みりん風調味料・酢 だし・醤油・塩	バナナ	バナナ	かぼちゃパンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・かぼちゃ 牛乳・油 加工乳
21	金	ごはん 豚肉とシマナーのオイスターソース炒め ブロッコリーの和え物 オレンジ すまし汁	豚肉 さつま揚げ 豆腐	キャベツ・玉ねぎ・からし菜 ブロッコリー・人参 オレンジ わかめ	米(国産) 油・砂糖・調合ごま油	クッキンサプリF e 顆粒 オイスターソース・醤油 醤油・みりん風調味料 だし・醤油・塩	バナナ	バナナ	麩のきなこスナック 牛乳	おつゆ・バター きな粉・砂糖 加工乳
22	土	炒飯 ササミとオクラのサラダ フルーツ みそ汁	鶏ひき肉 鶏ささみ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・グリーンピース オクラ・人参 オレンジ 大根・玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産)・油 砂糖	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) だし			おかかおにぎり 牛乳	米(国産)・かつお節 醤油・焼きのり 加工乳
24	月	ごはん 魚の塩焼き トマトと胡瓜の酢の物 黄桃缶 みそ汁	さば ちくわ 油揚げ・赤みそ・白みそ	トマト・きゅうり 黄桃(缶詰) 白菜・万能ねぎ	米(国産) 油 砂糖	クッキンサプリF e 顆粒 塩 酢・醤油 だし	ちょぼちょぼクッキー	ちょぼちょぼクッキー	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
25	火	沖繩そば ツナとキャベツのごま和え パイン缶	豚角煮 ツナフレーク	人参・白菜・玉ねぎ・万能ねぎ キャベツ・小松菜・人参 パイン(缶詰)	沖繩そば 白ごま	だし・沖繩そばだし 醤油・みりん風調味料	オレンジ	オレンジ	そばろおにぎり 牛乳	米(国産)・鶏ひき肉・グリーンピース・しょうが 砂糖・みかん(缶詰)・ホイップクリーム 加工乳
26	水	【お誕生会】 ピラフ ピザ風チキン 付け野菜 オレンジ すまし汁	鶏肉 鶏肉・ミックスチーズ 豆腐	玉ねぎ・人参・グリーンピース ピーマン・玉ねぎ ブロッコリー・人参 オレンジ わかめ	米(国産)・油 油 玉ねぎドレッシング	コンソメ・塩 トマトケチャップ だし・醤油・塩	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・きな粉・油 砂糖・みかん(缶詰)・ホイップクリーム 加工乳
27	木	ごはん 魚の照焼き ブロッコリーとチーズのサラダ バナナ 卵スープ	メルルーサ 卵	ブロッコリー・きゅうり・コーン バナナ 白菜・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖 マヨネーズ でん粉	クッキンサプリF e 顆粒 醤油・みりん風調味料 塩 だし・醤油・塩	オレンジ	オレンジ	紅いもちんすこう 牛乳	小麦粉・紅芋粉・砂糖 油・塩 加工乳
28	金	ハヤシライス 白桃缶 野菜たっぷりスープ	牛肉	玉ねぎ・人参・グリーンピース 白桃(缶詰) キャベツ・人参・わかめ	米(国産)・油 じゃが芋	クッキンサプリF e 顆粒・ハヤシフレーク コンソメ	バナナ	バナナ	アイス 牛乳	とけないアイス(バニラ) 加工乳
29	土	豚きのこと 豆腐と白菜のサラダ フルーツ みそ汁	豚肉 ツナフレーク・豆腐 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・えのきたけ・人参・しめじ・さやいんげん 白菜・人参・コーン・玉ねぎ オレンジ 大根・玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産)・砂糖・でん粉	クッキンサプリF e 顆粒・和風だし・みりん風調味料・醤油・料理酒 だし			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

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承ください。