

給食献立表

大原西保育園

2024年 6月分

日	曜日	10時 (未満児)	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー	蛋白質	脂質	
1	土	ヤクルト	菜めしおにぎり ワンタンスープ バナナ		ヤクルト なんと	いりごま 精白米	菜めし 白菜 にんじん ねぎ 干しいたけ バナナ	453	8.64	6.43	
3	月	牛乳	ご飯 メンチカツ レタスサラダ 味噌汁	たべっ子どうぶつ 麦茶	牛乳 かたくちいわし	精白米 調合油	レタス きゅうり コーン缶詰 こまつな にんじん えのきたけ	462	12.28	13.50	
4	火	ヤクルト	ご飯 鮭の西京焼き マカロニサラダ ふりかけ 味噌汁	フランクフルト 麦茶	ヤクルト 生鮭 角ハム かたくちいわし ポーク フランク	精白米 三温糖 マカロニ 親世ふ	きゅうり にんじん たまねぎ	489	23.59	14.31	
5	水	ヤクルト	ご飯 マーボウ豆腐 ラーバーツァイスープ	さやえんどう 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 木綿豆腐 なんと	精白米 調合油 ごま油 三温糖 片栗粉 上白糖	ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが 白菜 にんじん カットわかめ えのきたけ	471	15.53	18.45	
6	木	牛乳	野菜ラーメン 餃子 オレンジ	ツナマヨパン 麦茶	牛乳 豚小間肉 細切り蒲鉾 卵 ツナ	ラーメン ごま油 調合油 ホットケーキミックス	にんじん たけのこ キャベツ もやし なら ねぎ コーン缶詰 オレ ンジ パセリ	447	15.77	15.37	
7	金	ヤクルト	ガパオライス 拌三絲 タイ風海苔スープ	オレンジゼリー せんべい	ヤクルト ぶたひき肉 卵 角ハム 木綿豆腐	上白糖 精白米 はるさめ ごま油	たまねぎ ピーマン 赤ピーマン きゅうり にんじん 白菜 刻みのり	452	15.10	10.28	
8	土	ヤクルト	きのこスパゲティ オレンジ スープ		ヤクルト ぶたひき肉 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉	たまねぎ マッシュルーム えのきたけ あさつき オレンジ コーン 缶詰 こまつな	466	15.99	12.30	
10	月	牛乳	ご飯 ハンバーグ 野菜サラダ ふりかけ 味噌汁	ヨーグルト バナナ	牛乳 角ハム 油揚げ かたくちいわし ヨーグル ト	精白米 パン粉 調合油	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん バナナ	483	17.42	8.38	
11	火	牛乳	ご飯 かじき煮 ポテトサラダ 味噌汁	星食べよ アップル&キャロット	牛乳 めかじき 角ハム かたくちいわし	精白米 三温糖 じゃがいも	しょうが きゅうり にんじん キャベツ ぶなしめじ	474	14.82	11.68	
12	水	ヤクルト	三色ご飯 揚げシュウマイ ひじきサラダ	チョコビスケット 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 卵 ちくわ	上白糖 精白米 調合油	にんじん ひじき きゅうり	481	14.12	16.98	
13	木	ヤクルト	肉ごぼ天うどん オレンジ	かしわおにぎり 麦茶	ヤクルト 豚小間肉 とりひき肉	うどん 調合油 上白糖 薄力粉 片栗粉 精白米 ごま油	たまねぎ ごぼう まこんぶ あさつき オレンジ にんじん 干しいた け	593	18.64	8.28	
14	金	牛乳	コーンカレーライス 福神漬 大根サラダ ス ープ	北京饅頭 麦茶	牛乳 豚小間肉 角ハム 卵	じゃがいも 調合油 精白米 薄力粉 はちみつ 上白糖	コーン缶詰 たまねぎ にんじん 福神漬 だいこん きゅうり カッ トわかめ えのきたけ 白菜	513	11.13	17.89	
15	土	ヤクルト	わかめラーメン バナナ 動物チーズ		ヤクルト 動物チーズ	ラーメン	ねぎ コーン缶詰 カットわかめ バナナ	496	11.90	11.95	
17	月	ヤクルト	ご飯 納豆 餃子 スティック胡瓜 スープ	お好みマカロニ 麦茶	ヤクルト 納豆 しらす干し かつお節 なんと	精白米 調合油 マカロニ	きゅうり カットわかめ ねぎ あおのり	454	17.28	11.93	
18	火	ヤクルト	ご飯 白身魚の磯辺揚げ ブロッコリーサラ ダ ふりかけ 味噌汁	ミニたい焼き 牛乳	ヤクルト からすかいかい 角ハム かたくちいわ し 牛乳	精白米 薄力粉 調合油	あおのり ブロッコリー きゅうり キャベツ たまねぎ にんじん	432	19.48	10.47	
19	水	牛乳	菜めしご飯 ポイルウィンナー 南瓜煮 味噌汁	ココアムース 麦茶	牛乳 ポークウインナ 木綿豆腐 かたくちいわし 生クリーム 粉ゼラチン	いりごま 精白米 三温糖 上白糖	菜めし かぼちゃ なめこ ねぎ	560	17.89	23.28	
20	木	ヤクルト	スパゲティマトソース オレンジ スープ	カップケーキ 麦茶	ヤクルト ツナ パルメザンチーズ 卵 牛乳	スパゲティ 調合油 片栗粉 ホットケーキミックス 上白糖	ぶなしめじ にんじん たまねぎ トマトホール缶 オレンジ コーン 缶詰 こまつな	429	14.66	11.29	
21	金	牛乳	ハッシュドビーフ にしき和え スープ	塩バナナクリームワッフル 麦茶	牛乳 豚小間肉 卵	調合油 精白米	たまねぎ マッシュルーム ぶなしめじ キャベツ きゅうり にんじん 白菜	421	12.20	13.47	
22	土	ヤクルト	焼きそば バナナ スープ		ヤクルト 豚ばら肉 なんと	焼きそば麺 調合油	キャベツ にんじん もやし バナナ カットわかめ ねぎ	457	10.42	14.60	
24	月	牛乳	ご飯 コロッケ 海藻サラダ 味噌汁	海老せんべい オレンジジュース	牛乳 かたくちいわし	精白米 調合油 親世ふ	海藻ミックス カットわかめ レタス きゅうり コーン缶詰 こまつな にんじん	524	10.60	13.14	
25	火	ヤクルト	ご飯 タラみそバター 五色和え 味噌汁	ヨーグルト和え	ヤクルト たら かつお節 木綿豆腐 かたくちいわ し ヨーグルト	精白米 上白糖	小松菜 もやし にんじん ぶなしめじ コーン缶詰 ねぎ カットわか め パイナップル もも バナナ	380	17.89	4.55	
26	水	ヤクルト	ご飯 オムレツ キャベツとひじきのサラダ ふ りかけ スープ	アンパンま揚げせんべい 麦茶	ヤクルト ツナ ベーコン	精白米 じゃがいも	キャベツ にんじん ひじき コーン缶詰 たまねぎ パセリ	418	10.56	11.95	
27	木	ヤクルト	冷やし中華 すいか	バームクーヘン 幼児牛乳	ヤクルト ハム 卵 幼児牛乳	ラーメン	きゅうり すいか	332	13.00	8.00	
28	金	牛乳	メキシカンライス シーザーサラダ スープ	堅あげポテト 白ぶどう&ほうれん草	牛乳 ポークウインナ パルメザンチーズ 卵	精白米 調合油 有塩バター クルトン	たまねぎ にんじん コーン缶詰 マッシュルーム レタス きゅうり 白菜 えのきたけ	458	8.45	13.84	
29	土	ヤクルト	中華丼 オレンジ スープ		ヤクルト 豚小間肉 なんと	ごま油 上白糖 片栗粉 精白米	白菜 にんじん しいたけ しょうが ねぎ オレンジ カットわかめ コ ーン缶詰	431	12.19	10.75	
都合により、メニューを変更する場合があります。								月平均	463	14.38	12.52