

日付	献立	材料	日付	献立	材料		
2月	ごはん 海苔のふりかけ 豚肉コロッケ 春雨サラダ 大根味噌汁 果物	精白米 海苔のふりかけ 豚肉コロッケ(加工品)、トマトケチャップ、ウスターソース、サフラワー油 はるさめ、きゅうり、にんじん、ロースハム短冊、米酢、ノンエッグマヨネーズ、並塩 だいこん、油揚げ、青ねぎ、さば節、淡色辛みそ、にんじん、えのきだけ	I補給 - 527 Kcal 蛋白質 16.0g 脂質 19.5g 塩分 1.6g	10月	わかめごはん おでん ヨーグルト	精白米、わかめごはんの素 だいこん、生いも板こんにゃく、がんもどき、焼き竹輪、人形型さつま揚げ、ゆで卵、さやえんどう、本みりん、きび砂糖、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、さば節、まこんぶ ヨーグルト	I補給 - 496 Kcal 蛋白質 23.2g 脂質 14.0g 塩分 2.2g
	りす組おやつ	お茶 レーズンパン	レーズンパン		りす組おやつ	お茶 玄米ボン菓子	玄米ボン菓子
3月	三色丼 きゅうりの酢の物 ももゼリー	精白米、鶏ひき肉、本みりん、きび砂糖、濃口しょうゆ、にんじん、鶏卵、ほうれんそう、薄口しょうゆ きゅうり、カットわかめ、しらす干し、きび砂糖、薄口しょうゆ、米酢 ももゼリー	I補給 - 441 Kcal 蛋白質 17.7g 脂質 12.1g 塩分 1.2g	11月	鮭ちらし寿司 小松菜のおひたし 湯葉すまし汁 ぶどうゼリー	精白米、米酢、砂糖、並塩、新巻さき、にんじん、れんこん、米酢、砂糖、さやえんどう、焼きのり、コーン缶詰粒 薄口しょうゆ、きび砂糖、にんじん、油揚げ、こまつな 冷凍湯葉、青ねぎ、さば節、まこんぶ、並塩、カットわかめ、薄口しょうゆ、えのきだけ、ソフト豆腐 ぶどうゼリー	I補給 - 438 Kcal 蛋白質 18.8g 脂質 10.5g 塩分 1.8g
	りす組おやつ	お茶 ビスケット、ラムネ	ビスケット、ラムネ		りす組おやつ	お茶 カステラ	カステラ
4月	カレーうどん ふかしさつま芋 ヨーグルト	ゆでうどん、豚肉、たまねぎ、にんじん、青ねぎ、だししょうゆ、カレールー、油揚げ さつまいも、並塩 ヨーグルト	I補給 - 448 Kcal 蛋白質 18.5g 脂質 14.4g 塩分 1.9g	12月	焼きうどん ポーク焼売 わかめスープ 果物	ゆでうどん、豚肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ、青ピーマン、サフラワー油、あおのり、かつお節、お好み焼きソース 無添加ポーク焼売(加工品) にら、鶏がらだし、並塩、薄口しょうゆ、カットわかめ、もやし、ソフト豆腐	I補給 - 473 Kcal 蛋白質 23.2g 脂質 15.9g 塩分 1.9g
	りす組おやつ	お茶 五平もち	精白米、味噌、本みりん、すりごま		りす組おやつ	お茶 さつまいもパン	さつまいもパン
5月	味付けごはん 豆腐入りハンバーグ 三度豆のごま和え かぼちゃ味噌汁 みかんゼリー	精白米、本みりん、にんじん、ごぼう、鶏肉、生いも板こんにゃく、乾しいたけ、きび砂糖、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、焼きのり 豆腐ハンバーグ(加工品) さやいんげん、にんじん、薄口しょうゆ、きび砂糖、いりごま 油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、かぼちゃ みかんゼリー	I補給 - 506 Kcal 蛋白質 21.7g 脂質 13.4g 塩分 2.8g	13月	鶏肉照り焼き丼 もやしと胡瓜のナムル 果物	精白米、鶏肉、本みりん、きび砂糖、清酒、濃口しょうゆ、サフラワー油、たまねぎ、にんじん、焼きのり きゅうり、にんじん、カットわかめ、きび砂糖、薄口しょうゆ、もやし、ごま油、米酢、まぐろ水煮缶詰	I補給 - 441 Kcal 蛋白質 20.9g 脂質 10.3g 塩分 1.0g
	りす組おやつ	お茶 マカロニきな粉	マカロニ、きな粉、きび砂糖		りす組おやつ	お茶 炭酸せんべい	炭酸せんべい
6月	全粒入り白パン 鶏肉香味焼き 豆サラダ 白菜クリームスープ 和梨ゼリー	全粒入り白パン 鶏肉、オリーブ油、片栗粉、パセリ、並塩、半生パン粉 きゅうり、じゃがいも、並塩、ノンエッグマヨネーズ、プロセスチーズ、にんじん、蒸し大豆、塩えんどう豆、コーン缶詰粒 はくさい、たまねぎ、にんじん、豚肉、パセリ、豆乳、並塩、パイヨン、米粉、エリンギ 和梨ゼリー	I補給 - 527 Kcal 蛋白質 28.5g 脂質 19.1g 塩分 1.9g	14月	ごはん 海苔のふりかけ カツオフライ ブロッコリーおかか和え 玉ねぎみそ汁 果物	精白米 海苔のふりかけ カツオフライ(加工品)、トマトケチャップ、ウスターソース、サフラワー油 ブロッコリー、にんじん、かつお節、薄口しょうゆ、きび砂糖 たまねぎ、ソフト豆腐、油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、えのきだけ	I補給 - 486 Kcal 蛋白質 15.4g 脂質 16.1g 塩分 1.9g
	りす組おやつ	お茶 わかめおにぎり	精白米、わかめご飯の素		りす組おやつ	牛乳 ワッフル	ワッフル
7月	豚丼 キャベツみそ汁 果物	豚肉、精白米、たまねぎ、サフラワー油、にんじん、きび砂糖、本みりん、濃口しょうゆ、しょうが、焼きのり 油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、キャベツ、ぶなしめじ	I補給 - 422 Kcal 蛋白質 22.0g 脂質 10.3g 塩分 1.1g	16月	麻婆豆腐丼 焼き餃子 もやしスープ 日向夏みかんゼリー	精白米、豚肉、木綿豆腐、にんじん、乾しいたけ、青ねぎ、しょうが、赤色辛みそ、本みりん、きび砂糖、濃口しょうゆ、なたね油、鶏がらだし、ごま油、片栗粉 餃子(加工品) もやし、青ねぎ、鶏がらだし、並塩、薄口しょうゆ、にんじん、エリンギ	I補給 - 547 Kcal 蛋白質 18.7g 脂質 17.7g 塩分 1.2g
	りす組おやつ	牛乳 バームクーヘン	バームクーヘン		りす組おやつ	お茶 カニパン、チーズ	カニパン、プロセスチーズ
9月	千匹ごはん キャベツミンチカツ ブロッコリー塩ゆで 粕汁 果物	精白米、しらす干し、にんじん、本みりん、薄口しょうゆ、焼きのり ミンチカツ、トマトケチャップ、ウスターソース、サフラワー油 ブロッコリー、並塩 だいこん、ごぼう、にんじん、生いも板こんにゃく、豚肉、青ねぎ、油揚げ、焼き竹輪、さば節、淡色辛みそ、酒かす	I補給 - 524 Kcal 蛋白質 19.9g 脂質 17.0g 塩分 2.5g	17月	五目醤油ラーメン 五穀ひじきおにぎり 豆乳プリン	中華めん、焼き豚、りよくとうもろこし、にんじん、青ねぎ、鶏卵、カットわかめ、ラーメンスープ(しょうゆ) 精白米、五穀ひじきごはんの素 豆乳プリン	I補給 - 451 Kcal 蛋白質 20.9g 脂質 13.5g 塩分 2.6g
	りす組おやつ	お茶 ドーナツ	ドーナツ		りす組おやつ	お茶 さつまいものおにまんじゅう	

\*食事摂取基準(3~5歳児)をもとに基準を◎とし、おやつ(牛乳(180cc))も含めました。  
 \*だしは、煮干し・削り節(さば節)・だし昆布・しいたけ・野菜などでとっています。  
 \*生肉・生野菜は、産地にもこだわり国産を使用しています。  
 \*地元吹田の平野農園(江坂町)の野菜を中心に、地場産物や旬の物を取り入れ、地産地消に努めています。又、園で収穫できる野菜も使います。  
 \*デザートは、子どもたちにとって、とても楽しみの一つです。  
 果物は、産地を吟味し季節の美味しい果物を食べられるように配慮しています。  
 尚、献立内の果物の記載は空欄にしています。  
 衛生面を考え(生肉・生魚の使用時等)、献立の内容によりゼリー等が増えることもあります。  
 ご理解いただきますようお願いいたします。  
 \*食の安全を考え加工品・調味料も十分吟味し、おいしい手作りの昼食を心がけています。



日付	献立	材料	日付	献立	材料
18 (水)	ポークカレー	ご飯、にんじん、じゃがいも、なたね油、豚肉、たまねぎ、にんにく、しょうが、カレー粉、福神漬、オイスターソース、カレー粉、りんご	26 (木)	チャーハン	精白米、焼き豚、たまねぎ、にんじん、生しいたけ、青ねぎ、並塩、薄口しょうゆ、鶏がらだし、ごま油、サフラワー油
	グリーンサラダ	レタス、きゅうり、並塩、ごまドレッシング、プロセスチーズ、アスパラガス		国産春巻き	春巻き、サフラワー油
りす組おやつ	フルーツポンチ	みかん缶詰、パイナップル缶詰、白桃缶、黄桃缶、レモンゼリー、サイダー	わかめスープ	にら、鶏がらだし、並塩、薄口しょうゆ、いりごま、カットわかめ、もやし	
りす組おやつ	お茶	クラッカー、バナナ	りす組おやつ	お茶	ビスコ、レーズン
19 (木)	牛丼	牛肉、精白米、たまねぎ、サフラワー油、にんじん、きび砂糖、本みりん、濃口しょうゆ、しょうが、焼きのり	27 (金)	年越しうどん	ゆでうどん、油揚げ、きび砂糖、本みりん、薄口しょうゆ、にんじん、人参型さつま揚げ、だししょうゆ、さば節、青ねぎ、カットわかめ
	豆腐みそ汁	ソフト豆腐、油揚げ、にんじん、淡色みそ、青ねぎ、さば節、えのきたけ		人参型さつまあげ	人参型さつま揚げ
りす組おやつ	伊予柑ゼリー	伊予柑ゼリー	りす組おやつ	お茶	バナナスティックケーキ
りす組おやつ	お茶	野菜かりんとう	りす組おやつ	バナナスティックケーキ	バナナスティックケーキ
20 (金)	ごはん、海苔のふりかけ	精白米、海苔のふりかけ	28 (土)	カレーピラフ	精白米、フランクフルトソーセージ、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、青ピーマン、なたね油、カレー粉、洋風だし
	手作りハンバーグ	にんじん、合い挽きミンチ、たまねぎ、生パン粉、豆乳、ナツメグ、並塩、トマトケチャップ、ウスターソース、にんじん		大豆ナゲット	チキンナゲット
りす組おやつ	フライポテト	じゃがいも、サフラワー油、並塩	りす組おやつ	お茶	ホットケーキ
りす組おやつ	お茶	野菜かりんとう	りす組おやつ	バナナスティックケーキ	バナナスティックケーキ
21 (土)	にゅうめん	そうめん、にんじん、青ねぎ、並塩、薄口しょうゆ、さば節、まごころ、ぶなしめじ、はんぺん	28 (土)	カレーピラフ	精白米、フランクフルトソーセージ、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、青ピーマン、なたね油、カレー粉、洋風だし
	五穀ひじきおにぎり	こまつな		大豆ナゲット	チキンナゲット
りす組おやつ	お茶	ホットケーキミックス、牛乳	りす組おやつ	牛乳	さつまいもタルト
りす組おやつ	お茶	ホットケーキミックス、牛乳	りす組おやつ	さつまいもタルト	さつまいもタルト
23 (月)	ごはん	精白米	28 (土)	カレーピラフ	精白米、フランクフルトソーセージ、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、青ピーマン、なたね油、カレー粉、洋風だし
	海苔のふりかけ	ふりかけ		大豆ナゲット	チキンナゲット
りす組おやつ	お茶	ホットケーキミックス、牛乳	りす組おやつ	牛乳	さつまいもタルト
りす組おやつ	お茶	ホットケーキミックス、牛乳	りす組おやつ	さつまいもタルト	さつまいもタルト
24 (火)	ウィンナーパン	ロールパン、ウィンナーソーセージ、トマトケチャップ	28 (土)	カレーピラフ	精白米、フランクフルトソーセージ、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、青ピーマン、なたね油、カレー粉、洋風だし
	チキンナゲット	チキンナゲット		大豆ナゲット	チキンナゲット
りす組おやつ	お茶	ホットケーキミックス、牛乳	りす組おやつ	牛乳	さつまいもタルト
りす組おやつ	お茶	ホットケーキミックス、牛乳	りす組おやつ	さつまいもタルト	さつまいもタルト
25 (水)	ごはん	精白米	28 (土)	カレーピラフ	精白米、フランクフルトソーセージ、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、青ピーマン、なたね油、カレー粉、洋風だし
	星形コロッケ	星形コロッケ(加工品)、サフラワー油、トマトケチャップ、ウスターソース		大豆ナゲット	チキンナゲット
りす組おやつ	お茶	ホットケーキミックス、牛乳	りす組おやつ	牛乳	さつまいもタルト
りす組おやつ	お茶	ホットケーキミックス、牛乳	りす組おやつ	さつまいもタルト	さつまいもタルト



監修：片岡恵子・近藤祐美（栄養士）

12月献立 アレルギーを含む加工食品の紹介をします。

- 2日・豚肉コロッケ (小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)
- 5日・豆腐入りハンバーグ (小麦・卵・乳・ごま含まない)
- 9日・キャベツミンチカツ (小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)
- 12日・ポーク焼売 (小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)
- 14日・カツオブライ (小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)
- 16日・焼き餃子 (小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)
- 23日・いわしの梅醤油煮 (醤油の中に一部小麦を含む) (卵・乳・ごま含まない)
- 24日・チキンナゲット (小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)
- 25日・星形コロッケ (小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)
- 26日・国産春巻き (小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)
- 28日・大豆ナゲット (小麦・卵・乳・ごま含まない)

＝年間を通して園で使用する加工食品＝

- \*ポークハム・ベーコン・チキンウィンナー・ポークウィンナー・焼むぎ豚 無添加・無着色・発色剤・リン酸塩不使用 (乳・卵・小麦も含まれていません)
- \*焼き豚 肉屋さん自家製 (乳・卵含まない) 醤油に含まれる小麦一部含まれています。
- \*竹輪 (乳・卵・小麦を含んでいません) 無添加・無着色・リン酸塩不使用
- \*マヨネーズ 除去対応ノンエッグマヨネーズ(ケンコーマヨネーズ)を使用します。
- \*ごまドレッシングは、手作りドレッシングです。(ノンエッグマヨネーズ使用醤油・ごま含む)
- \*油は菜種油・削り節はサバ節です。
- \*うどん・中華麺は、同じ製造ラインにそばの取り扱いがあります。
- \*砂糖は、沖縄のサトウキビ100%使用のきび砂糖を使用しています。
- \*塩は伯方の塩です。味噌は、無添加味噌(米・大豆)を使用しています。
- \*パンには、バター・生クリームが入っています。
- \*海苔のふりかけ・若菜ごはんの素 (ごま含む) (小麦・卵・乳含まない)

その他製造ライン(コンタミネーション)の内容等、気になる点がありましたらお気軽にお尋ねください。



URL <http://senriyama.grace.jp/>  
上記のホームページにて昼食・おやつの写真を掲載しています。ご覧ください。

りす組おやつのメニュー及び栄養量を載せています。  
\*\*昼食の栄養量には、おやつのカロリーは含んでいません。

