


日付	献立	材料	日付	献立	材料
1 (土)	中華丼 玉ねぎみそ汁 果物	精白米、豚肉、はくさい、ゆでたけのこ、たまねぎ、しょうが、鶏がらだし、薄口しょうゆ、片栗粉、ごま油 たまねぎ、油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、まいたけ	10 (月)	全粒入り白パン マカロニグラタン ブロッコリー塩ゆで ジュリアンスープ 果物	全粒入り白パン マカロニ、たまねぎ、にんじん、パセリ、コーン缶詰粒、鶏肉、普通牛乳、ホワイトソース、ゴダチース ブロッコリー、並塩 キャベツ、パセリ、セロリー、豚肉、パイオン、にんじん
りす組 おやつ	牛乳 ワッフル	ワッフル	りす組 おやつ	お茶 五平もち	精白米、きび砂糖、ごま、本みりん、味噌
3 (火)	ちらし寿司 鯨かまぼこ わかめずまし汁 ひなゼリー カルピス	精白米、米酢、砂糖、並塩、蒸しあなご、しらす干し、にんじん、乾しいたけ、薄口しょうゆ、れんこん、なばな、焼きのり、鶏卵 蒸しかまぼこ ぶなしめじ、にんじん、青ねぎ、薄口しょうゆ、さば節、まこんぶ、並塩、カットわかめ ひなゼリー カルピス	11 (火)	麻婆豆腐丼 もやしときゅうりのナムル 中華スープ ココアムース	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、大豆 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 エリンギ、鶏がらだし、薄口しょうゆ、並塩、ごま油、たまねぎ、にら、にんじん ココアムース
りす組 おやつ	お茶 ひなあられ、果物	ひなあられ、果物	りす組 おやつ	お茶 マカロニきな粉、レーズン	マカロニ、きな粉、きび砂糖、レーズン
4 (水)	ごはん 米粉のチキンカツ マカロニサラダ 白菜クリームスープ 果物	精白米 米粉のチキンカツ、トマトケチャップ、ウスターソース、サフラワー油 きゅうり、並塩、マカロニ、にんじん、ノンエッグマヨネーズ、プロセスチーズ はくさい、たまねぎ、にんじん、ベーコン、パセリ、サフラワー油、豆乳、並塩、パイオン、米粉、オリーブ油	12 (水)	赤飯 鶏のからあげ 吹田慈苑揚げ・フライポテト ほうれん草おほかか和え 数のずまし汁 果物	並塩、もち米、精白米、ゆで小豆缶詰、いりごま 鶏肉、サフラワー油、米粉から揚げの素 吹田慈苑・じゃがいも、サフラワー油、並塩 ほうれん草、にんじん、かつお節、きび砂糖、薄口しょうゆ 釜焼きふ、にんじん、青ねぎ、薄口しょうゆ、さば節、まこんぶ、並塩、カットわかめ
りす組 おやつ	お茶 食パンラスク	食パン、きび砂糖、きな粉、なたね油	りす組 おやつ	お茶 豆腐焼きドーナツ	豆腐焼きドーナツ
5 (木)	ミートスパゲッティー 蒸し鶏サラダ お誕生会おやつ	スパゲティ、オリーブ油、並塩、バルメザンチーズ、パセリ、合い挽きミンチ、蒸し大豆、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、ホールトマト、トマトケチャップ、ウスターソース、パイオン、薄口しょうゆ、薄力粉、サフラワー油、オイスターソース レタス、きゅうり、並塩、ノンエッグマヨネーズ、鶏肉、ホースラディッシュ、薄口しょうゆ、いりごま	13 (木)	五目味噌ラーメン 焼き餃子 ぶどうゼリー	中華めん、焼き豚、鶏卵、コーン缶詰粒、りょくとうもろこし、にんじん、青ねぎ、鶏がらだし、だし入りみそ、カットわかめ 餃子、サフラワー油 ぶどうゼリー
りす組 おやつ	お茶 おほかおにぎり	精白米、かつお節、薄口しょうゆ	りす組 おやつ	お茶 五穀ひじきおにぎり	精白米、五穀ひじきごはんのもと
6 (金)	ごはん いわしの梅醤油煮 みず菜のおひたし 大根みそ汁 果物	精白米 いわしの梅醤油煮 薄口しょうゆ、きび砂糖、にんじん、さつま揚げ、みずな、にんじん だいこん、油揚げ、青ねぎ、さば節、淡色辛みそ、にんじん、えのきたけ	14 (金)	ポークカレー グリーンサラダ フルーツポンチ	精白米、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、カレールウ、福神漬、オイスターソース、並塩、カレー粉、りんご レタス、きゅうり、ホースラディッシュ、並塩、ごまドレッシング、プロセスチーズ みかん缶詰、パインアップル缶詰、白桃缶、黄桃缶、レモンゼリー、サイダー
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 バームクーヘン、果物	バームクーヘン、果物
7 (土)	ごはん 海苔のふりかけ 手作りハンバーグ 春雨サラダ ABCマカロニスープ ヨーグルト	精白米 海苔のふりかけ にんじん、合い挽きミンチ、たまねぎ、生パン粉、豆乳、並塩、トマトケチャップ、ウスターソース 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 マカロニ、たまねぎ、パセリ、パイオン、にんじん ヨーグルト	15 (土)	五穀ひじきごはん 肉団子の旨煮 ブロッコリーおほかか和え 玉ねぎみそ汁 果物	精白米、五穀ひじきごはんのもと ミートボール、本みりん、薄口しょうゆ、ごま油、きび砂糖 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、油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節
りす組 おやつ	お茶 ビスコ	ビスコ	りす組 おやつ	牛乳 ワッフル、ゼリー	ワッフル、ゼリー
8 (日)	鶏そぼろ丼 キャベツみそ汁 果物	精白米、鶏肉、木綿豆腐、にんじん、青ねぎ、しょうが、本みりん、きび砂糖、濃口しょうゆ、なたね油、鶏がらだし、片栗粉 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	17 (日)	ごはん キャベツ入りつくね ひじきの五目煮 白菜みそ汁 果物	精白米 キャベツつくね焼き 乾ひじき、にんじん、ごぼう、本みりん、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、サフラワー油、ごま油、ゆでさやいんげん、きび砂糖、板こんにゃく 白菜、油揚げ、青ねぎ、さば節、淡色辛みそ、ぶなしめじ、にんじん
りす組 おやつ	牛乳 玄米ポン菓子、果物	玄米ポン菓子、果物	りす組 おやつ	お茶 じゃがいももち	じゃがいも、あおのり、プロセスチーズ

\* 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。  
 \* 献立材料は、その時の事情により変更する場合があります。ご了承ください。



日付	献立	材料	日付	献立	材料		
18 (火)	ごはん 野菜入り国産豚肉ミンチカツ 三度豆のおかか和え 豚汁 果物	精白米 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 さやいんげん、にんじん、かつお節、薄口しょうゆ、きび砂糖 だいこん、ごぼう、油揚げ、青ねぎ、さば節、淡色辛みそ、にんじん、板こんにゃく、豚肉、さつまいも	I補給 - 511 Kcal 蛋白質 17.5g 脂質 16.1g 塩分 1.1g	26 (水)	焼きそば ポイルウィンナー わかめスープ フルーツゼリー	中華めん、豚肉、並塩、キャベツ、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、サフラワー油、あおのり、お好み焼きソース、中濃ソース ウィンナーソーセージ にら、鶏がらだし、並塩、薄口しょうゆ、カットわかめ、もやし フルーツゼリー	I補給 - 456 Kcal 蛋白質 19.1g 脂質 19.8g 塩分 2.2g
りす組おやつ	お茶 ドーナツ	ドーナツ	りす組おやつ	牛乳 ゆかりおにぎり	精白米、ゆかりごはんのもと	塩分 2.2g	
19 (水)	三色丼 きゅうりの酢の物 豆腐すまし汁 日向夏みかんゼリー	精白米、鶏肉、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、大豆水煮缶詰 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 ソフト豆腐、えのきたけ、にんじん、青ねぎ、薄口しょうゆ、さば節、まこんぶ、並塩、たまねぎ 日向夏みかんゼリー	I補給 - 475 Kcal 蛋白質 21.3g 脂質 12.9g 塩分 1.8g	27 (木)	ごはん 肉じゃが 竹輪の磯焼き 白菜みそ汁 甘夏ゼリー	精白米 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しらたき、本みりん、きび砂糖、濃口しょうゆ、牛肉 焼き竹輪、あおのり、なたね油 油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、はくさい、えのきたけ 甘夏ゼリー	I補給 - 500 Kcal 蛋白質 20.6g 脂質 15.6g 塩分 1.6g
りす組おやつ	牛乳 カニパン、チーズ	カニパン、プロセスチーズ	りす組おやつ	牛乳 野菜かりんとう、果物	野菜かりんとう、果物	塩分 1.6g	
20 (木)	 春分の日			28 (金)	わかめごはん あじフライ モロッコいんげんのゴマ和え 大根みそ汁 果物	精白米、わかめごはんのもと あじフライ、サフラワー油、トマトケチャップ、ウスターソース さやいんげん、にんじん、いりごま、きび砂糖、薄口しょうゆ ソフト豆腐、油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、まいたけ、だいこん	I補給 - 518 Kcal 蛋白質 20.0g 脂質 22.1g 塩分 1.6g
りす組おやつ	牛乳 バナナスティックケーキ	バナナスティックケーキ	りす組おやつ	牛乳 いちごジャムサンド	食パン、いちごジャム	塩分 1.6g	
21 (金)	きつねうどん エビしゅうまい 五穀ひじきおにぎり ハスカップゼリー	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、さば節、青ねぎ、ほうれんそう 無添加エビシユウマイ 精白米、五穀ひじきごはんのもと ハスカップゼリー	I補給 - 508 Kcal 蛋白質 21.2g 脂質 17.5g 塩分 2.3g	29 (土)	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、えのきたけ	I補給 - 405 Kcal 蛋白質 20.4g 脂質 10.9g 塩分 1.2g
りす組おやつ	牛乳 バナナスティックケーキ	バナナスティックケーキ	りす組おやつ	牛乳 さつまいもタルト	さつまいもタルト	塩分 1.2g	
22 (土)	全粒入り白パン 大豆ナゲット フライポテト皮付き コンソメスープ ラフランスゼリー	全粒入り白パン 大豆ナゲット フライポテト、サフラワー油 たまねぎ、にんじん、パセリ、豚肉、パイヨン ラフランスゼリー	I補給 - 476 Kcal 蛋白質 19.8g 脂質 21.3g 塩分 1.9g	31 (月)	鮭ごはん 春雨サラダ 豆腐すまし汁 ヨーグルトゼリー	精白米、新巻きさけ、パセリ、並塩 はるさめ、きゅうり、にんじん、ロースハム、米酢、ノンエッグマヨネーズ、並塩 ソフト豆腐、にんじん、青ねぎ、薄口しょうゆ、さば節、まこんぶ、並塩、えのきたけ、たまねぎ ヨーグルトゼリー	I補給 - 390 Kcal 蛋白質 16.7g 脂質 10.9g 塩分 1.6g
りす組おやつ	お茶 ビスケット	ビスケット	りす組おやつ	牛乳 ホットケーキ	ホットケーキミックス、牛乳	塩分 1.6g	
24 (月)	ごはん 鮭塩焼き 野菜の炒り煮 豆腐みそ汁 果物	精白米 たいせいようさけ、並塩 だいこん、にんじん、板こんにゃく、ごぼう、さやいんげん、本みりん、きび砂糖、薄口しょうゆ、ごま油、豚肉 ソフト豆腐、油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、えのきたけ	I補給 - 476 Kcal 蛋白質 21.5g 脂質 16.6g 塩分 1.4g	監修：片岡恵子・近藤祐美（栄養士）			
りす組おやつ	牛乳 カステラ、せんべい	カステラ、せんべい	2月献立 アレルギーを含む加工食品の紹介をします。				
25 (火)	ハヤシライス 雑魚入りサラダ ヨーグルト	精白米、豚肉、たまねぎ、にんじん、エリンギ、青ピーマン、サフラワー油、ホールトマト、トマトケチャップ、オイスターソース、パイヨン レタス、きゅうり、並塩、ごまドレッシング、しらす干し、にんじん ヨーグルト	I補給 - 467 Kcal 蛋白質 18.3g 脂質 11.7g 塩分 1.5g	<p>3日・・・饅こまぼこ (卵含む) (小麦・乳・ごま含まない)</p> <p>4日・・・米粉のチキンカツ (小麦・卵・乳・ごま含まない)</p> <p>6日・・・いわしの梅醤油煮 (醤油の一部小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)</p> <p>10日・・・ホワイトソース (小麦・乳含む) (卵・ごま含まない)</p> <p>11日・・・ココアムース (卵白・乳含む) (小麦・ごま含まない)</p> <p>13日・・・焼き餃子 (小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)</p> <p>17日・・・キャベツ入りつくね (小麦・卵・乳・ごま含まない)</p> <p>18日・・・野菜入り国産豚肉ミンチカツ (小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)</p> <p>21日・・・エビしゅうまい (エビ・小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)</p> <p>22日・・・大豆ナゲット (小麦・卵・乳・ごま含まない)</p> <p>28日・・・あじフライ (小麦・卵・乳・ごま含まない)</p>			
りす組おやつ	牛乳 クラッカー、果物	クラッカー、果物	<p>二年間を通して園で使用する加工食品＝</p> <p>*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・焼むき豚 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)</p> <p>*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。</p> <p>*竹輪 (乳・卵・小麦も含まれていません) 醤油・無着色・リン酸塩不使用</p> <p>*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。</p> <p>*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)</p> <p>*油は菜種油・削り節はサハ節です。</p> <p>*うどん・中華麺は、同じ製造ラインにそばの取り扱いはあります。</p> <p>*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。</p> <p>*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。</p> <p>*パンには、バター・生クリームが入っています。</p> <p>*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)</p>				



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

りす組おやつ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。

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。

