

日付	献立	材料	日付	献立	材料
2月	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、カレールウ、オイスターソース、カレー粉、りんごレタス、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	10月	五目味噌ラーメン	中華めん、焼き豚、鶏卵、コーン缶詰粒、りよくとうもろこし、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
	焼き鶏サラダ			焼き餃子	
	ひなゼリー			ラフランスゼリー	
りす組おやつ	お茶 ココアワッフル、果物	ココアワッフル、果物	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
3月	ちらし寿司	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	11月	麻婆豆腐丼	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
	鯨かまぼこ			もやしときゅうりのナムル	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、まくる水煮缶詰
	わかめずまし汁	ふなしめじ、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		春雨スープ	エリンギ、鶏がらだし、薄口しょうゆ、並塩、春雨、ほたて貝柱水煮、葉ねぎ
りす組おやつ	お茶 ひなあられ	ひなあられ	りす組おやつ	ココアムース	ココアムース
りす組おやつ	お茶 ひなあられ	ひなあられ	りす組おやつ	揚げパン	揚げパン
4月	ミートスパゲッティー	スパゲティ、オリーブ油、並塩、パルメザンチーズ、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	12月	赤飯	もち米、精白米、ゆで小豆缶詰、並塩、いりごま
	えびサラダ	しほえび、きゅうり、フロッコリー、アボカド、ノンエッグマヨネーズ、薄口しょうゆ		鶏のからあげ	鶏肉、サフラワー油、米粉から揚げの素
	ソーダフロートゼリー	ソーダフロートゼリー		ほうれん草おなか和え	ほうれん草、にんじん、かつお節、きび砂糖、薄口しょうゆ
りす組おやつ	お茶 おなかおにぎり	精白米、かつお節、薄口しょうゆ	りす組おやつ	麩のすまし汁	釜焼さば、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 おなかおにぎり	精白米、かつお節、薄口しょうゆ	りす組おやつ	果物	
りす組おやつ	お茶 おなかおにぎり	精白米、かつお節、薄口しょうゆ	りす組おやつ	豆腐焼きドーナツ	豆腐焼きドーナツ
5月	ごはん	精白米	13月	全粒入り白パン	全粒入り白パン
	海苔のふりかけ	海苔のふりかけ		手作りハンバーグ	にんじん、合い挽きミンチ、たまねぎ、生ハム粉、豆乳、ナツメグ、並塩、トマトケチャップ、ウスターソース
	米粉のチキンカツ	ささみカツ、トマトケチャップ、ウスターソース、サフラワー油		フライポテト	じゃがいも、サフラワー油、並塩
	春雨サラダ	はるさめ、きゅうり、にんじん、ローズハム短冊、米酢、ノンエッグマヨネーズ、並塩		フロッコリー塩ゆで	フロッコリー、並塩
	豆腐みそ汁	ソフト豆腐、油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、なめこ		ABCマカロニスープ	マカロニ、たまねぎ、パセリ、パイオン、にんじん
りす組おやつ	お茶 食パンラスク、果物	食パン、さび砂糖、なたね油、きな粉、果物	りす組おやつ	お茶 五平もち	精白米、さび砂糖、本みりん、味噌、ごま
りす組おやつ	お茶 いちごジャムサンド	食パン、いちごジャム	りす組おやつ	鶏そぼろ丼	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、ごま油、片栗粉
6月	ごはん	精白米	14月	キャベツみそ汁	油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、キャベツ、ふなしめじ
	さんまのチーズ焼き	さんま、トマトケチャップ、パイオン、ゴーダチーズ、ホールトマト、きび砂糖		果物	
	小松菜の和え物	薄口しょうゆ、きび砂糖、にんじん、さつま揚げ、こまつな		牛乳	牛乳
	玉ねぎみそ汁	たまねぎ、油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、まいだけ		玄米ボン菓子	玄米ボン菓子
りす組おやつ	お茶 いちごジャムサンド	食パン、いちごジャム	りす組おやつ	玄米ボン菓子	玄米ボン菓子
7月	ごはん	精白米	16月	ドライカレー	精白米、カレー粉、パセリ、鶏卵、豚肉、蒸し大豆、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、レーズン、しょうが、カレールウ、オイスターソース、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
	三色の西京焼き	さわら、甘みそ、本みりん、きび砂糖、清酒		グリーンサラダ	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
	三度豆のおなか和え	さやいんげん、にんじん、かつお節、薄口しょうゆ、きび砂糖		フルーツポンチ	
	竹輪のすまし汁	焼き竹輪、にんじん、糸みつば、薄口しょうゆ、さば節、まこんぶ、並塩、ふなしめじ		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 さつまもタルト	さつまもタルト	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
9月	三色丼	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、ほうれん草、薄口しょうゆ	17月	和風ピラフ	精白米、かつお油漬缶詰、たまねぎ、こまつな、並塩、薄口しょうゆ、サフラワー油、にんじん
	きゅうりの酢の物	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		チキンナゲット	チキンナゲット
	豆腐すまし汁	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		ジュリアンスープ	キャベツ、パセリ、セロリー、豚肉、パイオン、にんじん
	誕生日会おやつ			リンゴゼリー	リンゴゼリー
りす組おやつ	牛乳 マカロニきな粉、レーズン	マカロニ、きな粉、さび砂糖、レーズン	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

*食事摂取基準(3~5歳児)をもとに基準を◎とし、おやつ(180cc)も含めました。
 *ただし、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よろしくお願いいたします。
 *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)	味付けごはん	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、本みりん、きび砂糖、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、焼きのり	I補給 - 479 Kcal 蛋白質 20.6g 脂質 11.7g 塩分 2.3g	26 (木)	わかめごはん	精白米、わかめごはんのもと	I補給 - 481 Kcal 蛋白質 15.6g 脂質 15.4g 塩分 1.7g
	高野豆腐とかぼちゃの含め煮	凍り豆腐、きび砂糖、本みりん、薄口しょうゆ、くりかぼちゃ、 さやいんげん			豚肉コロッケ	豚肉コロッケ、トマトケチャップ、ウスターソース、サフラワー油	
りす組 おやつ	お茶		りす組 おやつ	お茶			
りす組 おやつ	磯風味ポテト、ラムネ	磯風味ポテト、ラムネ	りす組 おやつ	スイーツポテト	スイーツポテト		
19 (木)	豚丼	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	I補給 - 437 Kcal 蛋白質 20.7g 脂質 10.9g 塩分 1.3g	27 (金)	ごはん	精白米	I補給 - 531 Kcal 蛋白質 20.8g 脂質 15.6g 塩分 1.6g
	ジャガイモ味噌汁	油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、 じゃがいも、えのきたけ、はくさい			肉じゃが	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	
りす組 おやつ	お茶		りす組 おやつ	お茶			
りす組 おやつ	ふかしさつまいも	さつまいも	りす組 おやつ	野菜かりんとう、果物	野菜かりんとう、果物		
20 (金)	春分の日 		28 (土)	28 (土)	全粒入り白パン	全粒入り白パン	I補給 - 494 Kcal 蛋白質 20.4g 脂質 21.4g 塩分 1.9g
					大豆ナゲット	大豆ナゲット	
21 (土)	五穀ひじきごはん	精白米、五穀ひじきごはんのもと	I補給 - 461 Kcal 蛋白質 18.1g 脂質 13.9g 塩分 1.5g	30 (月)	カレーうどん	ゆでうどん、油揚げ、豚肉、たまねぎ、にんじん、 青ねぎ、カレールウ、ほうれんそう	I補給 - 459 Kcal 蛋白質 19.5g 脂質 14.9g 塩分 2.1g
	肉団子の旨煮	ミートボール、本みりん、薄口しょうゆ、ごま油、きび砂糖			五穀ひじきおにぎり	精白米、五穀ひじきごはんのもと	
りす組 おやつ	お茶		りす組 おやつ	お茶			
りす組 おやつ	マスカットゼリー	マスカットゼリー	りす組 おやつ	わかめおにぎり	精白米、わかめごはんのもと		
23 (月)	ごはん	精白米	I補給 - 443 Kcal 蛋白質 21.0g 脂質 16.6g 塩分 1.4g	31 (火)	鮭ごはん	精白米、新巻さけ、パセリ、並塩	I補給 - 390 Kcal 蛋白質 16.7g 脂質 10.9g 塩分 1.6g
	鮭塩焼き	たいせいようさけ、並塩			春雨サラダ	はるさめ、きゅうり、にんじん、ロースハム、米酢、 マヨネーズタイプドレッシング、並塩	
りす組 おやつ	お茶		りす組 おやつ	お茶			
りす組 おやつ	カステラ、おせんべい	カステラ、おせんべい	りす組 おやつ	ホットケーキ	ホットケーキミックス、牛乳		
24 (火)	ハヤシライス	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、パイオン、並塩	I補給 - 431 Kcal 蛋白質 16.3g 脂質 10.6g 塩分 1.4g	監修：片岡恵子・近藤祐美（栄養士）			
	雑魚入りサラダ	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		3月献立 アレルギーを含む加工食品の紹介をします。			
りす組 おやつ	お茶		りす組 おやつ	<p>3日・・・雑かまぼこ (卵含む) (小麦・乳・ごま含まない)</p> <p>5日・・・米粉のチキンカツ (小麦・卵・乳・ごま含まない)</p> <p>11日・・・焼き餃子 (小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)</p> <p>17日・・・チキンナゲット (小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)</p> <p>26日・・・豚肉コロッケ (小麦含む) (卵・乳・ごま含まない)</p> <p>28日・・・大豆ナゲット (小麦・卵・乳・ごま含まない)</p> <p style="text-align: center;">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んでいます。</p> <p>* 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</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があります。</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>* 塩は白方の塩です。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> <p>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。</p>			
りす組 おやつ	チーズパンサンド	食パン、プロセスチーズ	りす組 おやつ				
25 (水)	焼きそば	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	I補給 - 456 Kcal 蛋白質 19.1g 脂質 19.8g 塩分 2.2g	25 (水)	ポイルウィンナー	ウィンナーソーセージ	I補給 - 456 Kcal 蛋白質 19.1g 脂質 19.8g 塩分 2.2g
	わかめスープ	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	フルーツゼリー 	
りす組 おやつ	お茶		りす組 おやつ	お茶			
りす組 おやつ	ゆかりおにぎり	精白米、ゆかりごはんのもと	りす組 おやつ				



URL <http://senriyama.g.race.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。

