

夙川さくら保育園



名 阪 食 品
MEIHAN SHOKUHIN

主な材料と体内での働き				主な材料と体内での働き			
日付	曜日	提供時間	献立	主にからだをつくるもの	主に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	調味料
1	火	昼食	★お誕生日会 ご飯 パンpinkシチュー キャベツの味噌サラダ 梨	鶏肉 ツナ・味噌	南瓜・玉ねぎ・人参・グリーンピース キャベツ・インゲン・コーン 梨	精白米 キャノーラ油 上白糖・キャノーラ油	シチュー・水 酢・濃口醤油
		3時	牛乳 おかかおにぎり	牛乳 花かつお		精白米	濃口醤油
2	水	昼食	ビビンバ混ぜごはん 小松菜のおかか和え なすのみそ汁	豚ミンチ 花かつお 味噌	しょうが・ほうれん草・人参・太もやし 小松菜・白菜 なすび・大根	精白米・玄米・上白糖・キャノーラ油 上白糖	濃口醤油 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 みそポテト	牛乳 味噌		じゃがいも・片栗粉・キャノーラ油・上白糖	料理酒
3	木	昼食	ご飯 炒り豆腐 スパゲティサラダ ふのみそ汁	豆腐・鶏肉 味噌	玉ねぎ・人参・干しいだけ 人参・コーン・グリーンピース 干わかめ	精白米 上白糖・キャノーラ油 スパゲッティ・マヨドレ 切り麴	濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 レモンケーキ	牛乳	ポッカレモン	小麦粉・キャノーラ油・上白糖	ベーキングパウダー・水・粉糖
4	金	昼食	ご飯 鶏の唐揚げ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ	鶏肉	にんにく ブロッコリー・人参・コーン キャベツ・人参	精白米 片栗粉・キャノーラ油 マカロニ・マヨドレ	料理酒・濃口醤油 コンソメ・水
		3時	牛乳 りんごゼリー おかし	牛乳	アップル100％・クールアガー	上白糖	水 ミレービスケット
5	土	昼食	わかめラーメン 白菜の和え物 黄桃缶	豚肉	玉ねぎ・人参・干わかめ 白菜・ほうれん草・人参 黄桃缶	中華麺・キャノーラ油 上白糖	中華だし・淡口醤油・水 濃口醤油
		3時	牛乳 おにぎり	牛乳		精白米	
7	月	昼食	ご飯 豚肉と野菜の甘辛炒め ポテトサラダ 干切大根のみそ汁	豚肉 味噌	玉ねぎ・人参・ピーマン きゅうり・人参 干切り大根・人参	精白米 上白糖・キャノーラ油 じゃがいも・マヨドレ	食塩・濃口醤油・みりん風 だし汁
		3時	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 きな粉		マカロニ・上白糖	
8	火	昼食	ご飯 鶏肉マーマレード焼き キャベツのフレンチサラダ ほうれん草のスープ	鶏肉	キャベツ・ブロッコリー・人参 ほうれん草・人参	精白米 マーマレードジャム・キャノーラ油 上白糖・キャノーラ油	濃口醤油 酢・食塩 コンソメ・水
		3時	牛乳 ふのラスク	牛乳		切り麴・キャノーラ油・上白糖	
9	水	昼食	ご飯 あじの煮付け もやしの塩昆布和え 豆腐のみそ汁	アジ 豆腐・味噌	しょうが 太もやし・小松菜・人参・汐ふき昆布 チンゲン菜	精白米 上白糖	食塩・料理酒・濃口醤油・みりん風・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 こぎつねおにぎり	牛乳 あげ	人参・ねぎ	精白米・上白糖	濃口醤油・だし汁
10	木	昼食	ご飯 ササミフライ 春雨サラダ 玉ねぎのみそ汁	ささみ 味噌	きゅうり・人参 玉ねぎ・ねぎ	精白米 小麦粉・パン粉・キャノーラ油 国産はるさめ・マヨドレ	食塩・水・トンカツソース だし汁
		3時	牛乳 豆乳ココアプリン おかし	牛乳 豆乳	クールアガー	上白糖	純ココア ミレービスケット
11	金	昼食	そぼろピラフ チンゲン菜のサラダ 厚揚げのスープ	合ミンチ 厚揚げ	玉ねぎ・人参・コーン チンゲン菜・太もやし 白菜	精白米・玄米・キャノーラ油 上白糖・ごま油	コンソメ・食塩 濃口醤油 コンソメ・水
		3時	牛乳 とうもろこしおにぎり	牛乳	コーン	精白米	食塩
12	土	昼食	冷やしきつねうどん ほうれん草とちくわの炒め物 オレンジ	豚肉・あげ 竹輪	玉ねぎ・人参・干わかめ ほうれん草・玉ねぎ・人参 オレンジ	うどん 上白糖・キャノーラ油	和風だし・水 濃口醤油
		3時	牛乳 おにぎり	牛乳	ゆかり	精白米	
14	月	昼食	ご飯 赤魚の照り焼き 高野豆腐の煮物 小松菜のみそ汁	赤魚 高野豆腐 味噌	人参・グリーンピース 小松菜・大根	精白米 上白糖・キャノーラ油 上白糖	料理酒・濃口醤油・みりん風 淡口醤油・みりん風・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 フライドポテト	牛乳		シュースtring・キャノーラ油	食塩
★都合により、献立を一部変更することがございますがご了承ください。 ★エッグケアとは卵不使用の【マヨネーズ風ドレッシング】を意味します。 ※完了期食の献立は幼児食へのステップで、ご飯 + 幼児食の粗きざみになります。 ※土曜日おやつはおにぎり(基本的にはワカメごはんの素とゆかりを使用)を提供します。完了期までは既製品菓子を週替わりで提供いたします。							