

# 保育所給食献立表

平成24年10月

長久手給食センター

曜日	献立名	ジャム・マーガリン その他	材 料 名 など	主 食	お や つ
1月	肉じゃが 磯香レ	がえし	じゃがいも・たまねぎ・豚もも肉・こんにゃく・にんじん・干しいたけ・いんげん/ほうれん草・キャベツ・のり	ごはん	ミレービスケット 発酵乳
2火	けんちん汁 白目金平ね	よいこ牛乳 ミニゼリー (ぶどう)	大根・にんじん・鶏むね肉・豆腐・干しいたけ・ねぎ/ こんにゃく・ごぼう・豚もも肉・にんじん・ピーマン・ いんげん・ごま・ごま油	ごはん (各園炊飯)	カルテツゴフレット
3水	わかめスープ 切干大根の炒めナムル あじの南蛮漬	よいこ牛乳	鶏むね肉・わかめ・豆腐・にんじん・もやし・ねぎ/ 切干大根・焼き豚・にら・ごま・ごま油/あじ・にんじん・ たまねぎ	ごはん	ヨーグルト
4木	白菜スープ 子鯖のニエ	よいこ牛乳 りんごジャム	はくさい・豚もも肉・たまねぎ・にんじん・もやし・ 干しいたけ/キャベツ・きゅうり・とうもろこし・ 鶏ささみ/さけ・バター	スライスパン	かみかみおやつ 以上児:お豆やさんかんとう 未満児:かぼちゃポーロ
5金	親子和え 甘酢あんかけ	よいこ牛乳 きざみのり	たまご・鶏もも肉・たまねぎ・にんじん/しらす干し・きゅうり・ ごま/けんちんしのだ・枝豆	ごはん	アセロラゼリー
6土	運動会				
9火	魚介の白サ キャロットパ ンブキンコロ	よいこ牛乳	えび・あさり・ほたて・たまねぎ・スキムミルク/にんじん・ とうもろこし・いんげん	ミルク ロールパン	ミックスフルーツ
10水	呉肉の風味 焼	よいこ牛乳 ふりかけ	大豆・豆腐・にんじん・大根・ねぎ/キャベツ・ほうれん草・ 油揚げ・かつお節/鶏もも肉・ねぎ・ごま・レモン果汁	ごはん	星のせんべい
11木	野菜スープ イタリアンス パゲティ	よいこ牛乳	豚もも肉・はるさめ・じゃがいも・たまねぎ・はくさい・ にんじん・ねぎ/スパゲティ・たまねぎ・ウインナー・ グリーンピース・粉チーズ	バター ロールパン	りんごタルト
12金	ワンタンサ ラ	よいこ牛乳	豚もも肉・チンゲン菜・ワンタン・にんじん・干しいたけ・ ねぎ・ほうれん草/まぐろ油漬/キャベツ・きゅうり・ ごま油/えびフリッター・たまねぎ・しょうが・ごま油	ごはん	ブルーベリーゼリー
13土	一口チーズ オレ	土曜日牛乳		おにぎり	
15月	ふだま汁 大根の塩焼	よいこ牛乳	にんじん・焼き麩・かまぼこ・干しいたけ・みつば/ 大根・きゅうり・ハム・ごま油/さば	ごはん	ロールパン 発酵乳
16火	豆腐のすまし 厚焼きたまご	よいこ牛乳	豆腐・かまぼこ・干しいたけ・ほうれん草/なす・ ピーマン・たまねぎ・にんじん・豚もも肉	ごはん (各園炊飯)	※バナナ
17水	吹寄せ煮 ほうれん草の か	よいこ牛乳	鶏もも肉・生揚げ・にんじん・たまねぎ・えび・干しいたけ・ いんげん・くり/ほうれん草・にんじん・ごま	ごはん	小魚ぼんせん
18木	五目中華 きゅうりのごま 杏仁豆腐	よいこ牛乳	豚もも肉・あさり・いか・えび・キャベツ・にんじん・ もやし・たまねぎ・ねぎ・干しいたけ/きゅうり・ごま・ ごま油/杏仁寒天・みかん・パイン・黄桃・レモン果汁	中華麺	プリン
19金	カレーライス ロールソーサ ラ	よいこ牛乳 コールスロー ドレッシング	豚もも肉・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・パセリ・ バナナ・りんご・粉チーズ・バター・スキムミルク/ キャベツ・にんじん・とうもろこし	ごはん	おからケーキ
20土	ソナー パナナ	ぶどう豆乳		エッグパン	
22月	海鮮中華 中ム巻	よいこ牛乳	豚もも肉・キャベツ・たまねぎ・いか・えび・あさり・ 干しいたけ・うずら卵/もやし・ほうれん草・にんじん・ ごま・ごま油	ごはん	カリポテミニ
23火	ポマール カロニキャ	よいこ牛乳 いちごジャム マヨネーズ	じゃがいも・ウインナー・にんじん・たまねぎ・かぶ・セロリ/ マカロニ・ハム・きゅうり	スライスパン	カルテツウエハース 野菜&果物ジュース
24水	芋掘り遠足				
25木	ミートソー アメリカンサ ラ	よいこ牛乳	豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・ピーマン・バター・粉チーズ/ ベーコン・きゅうり・キャベツ・チーズ・ポテトチップス	ソフト麺	クッキー
26金	中華スー パ	よいこ牛乳	鶏もも肉・にんじん・チンゲン菜・干しいたけ・もやし・ ねぎ/はるさめ・ハム・キャベツ・きゅうり・ごま油	ごはん	ブルーヨーグルト
27土	型抜きチ ーズ	土曜日牛乳		おにぎり	
29月	のっぺい汁 そばごは あじフリッター	よいこ牛乳 ミニゼリー (洋なし)	里芋・大根・にんじん・ちくわ・こんにゃく・ごぼう・ 干しいたけ・ねぎ/鶏ひき肉・たまねぎ・グリーンピース・ たまご	ごはん	野菜スティック
30火	クラムチャ ウダー ごぼうサ ラ	よいこ牛乳	あさり・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・豚もも肉・マッシュルーム・ ほうれん草・バター・粉チーズ・スキムミルク/ごぼう・まぐろ油漬/ きゅうり・とうもろこし・ごま/フランクフルト・たまねぎ	ミルク ロールパン	りんごゼリー
31水	しじきの炒め いわしの香味 揚げ	よいこ牛乳	豆腐・じゃがいも・大根・にんじん・わかめ・ねぎ/ひじき・ 鶏もも肉・油揚げ・枝豆/いわし・ねぎ・青のり粉	ごはん	※オレンジ

写真は、包丁を使って手作業で、じゃがいもの芽とりをして、食べやすい大きさに切っていると  
ころです。  
肉じゃがのときは、煮崩れしないように機械を使わず、手作業  
で行います。



保育園分だけで、70kgのじゃがいもを使用します。  
1日の肉じゃがのじゃがいもは長久手市でとれたものです。

材料名は献立別に記入してあります。  
血や肉や骨になる食品……肉・魚・大豆・豆腐・牛乳など  
働く力や体温となる食品……パン・ごはん・うどん・いも・油など  
体の調子をととのえる食品……野菜・果物など  
食事は楽しく バランスよく

都合により食材の変更をさせていただく場合があります。  
古紙配合率100%再生紙を利用しています。  
白色度 70% 

