



2020年 2月 苫小牧中央幼稚園様 献立表



2019年1月29日

	主 食	副 食	原 産 地	カ ロ リ ー	蛋 白 質	脂 質	食 塩
3日 (月)	きのこカレー	マスカットゼリー	豚肉：フランス、スペイン、デンマーク 玉葱：じゃがいも：北海道 エリンギ：長野、新潟 しめじ：長野、北海道	493kcal	9.1g	12.9g	1.9g
4日 (火)	こ 飯	豚肉のガチャップ始め はんぺんフライ 大根のかにかまあかん けい コーンソテー キウイフ ルーツ	豚肉：フランス、ハンガリー、スペイン、コーン：アメリカ しめじ：長野、北海道、大根：千葉、鹿児島 玉葱：北海道 キウイフルーツ：和歌山、静岡、愛媛	395kcal	14.8g	13.3g	1.2g
5日 (水)	中華丼	レモンゼリー	豚肉：フランス、スペイン、デンマーク 白菜：茨城、長崎、鹿児島、人参：茨城、千葉 チンゲン菜：茨城、群馬、熊本 玉葱：北海道	502kcal	10.9g	16.6g	1.4g
6日 (木)	ハヤシライス	和梨ゼリー	玉葱：北海道 牛肉：アメリカ、メキシコ しめじ：長野、北海道	504kcal	9.9g	17.8g	1.6g
7日 (金)	こ 飯	豚肉の生野菜焼き わかめのナムル アンハンマンポテト グレープフルーツ いんげんとかぼちゃのソテー	豚肉：フランス、ハンガリー、スペイン、デンマーク いんげん：インド、コーン：アメリカ、人参：茨城、千葉 玉葱：もやし、わかめ：北海道 グレープフルーツ：アメリカ 小葱：佐賀、福岡、大分、宮崎、アメリカ	380kcal	14.4g	11.9g	1.3g
10日 (月)	こ 飯	照焼きチキン 揚げじゃがもち 白菜のおかか和え のり佃煮 黄金そばの五子棋 プチシュークリーム (カスタード)	鶏肉・鶏卵：ばわいしよ：北海道 白菜：茨城、長崎、鹿児島	379kcal	14.9g	11.5g	1.1g
12日 (水)	バターロール	いろいろ野菜のミネストローネ 豊后トド 米粉のクレープ (チョコ)	鶏肉・玉葱・大目：北海道 キャベツ：北海道、愛知、人参：茨城、千葉 コーン：じゃがいも：アメリカ	527kcal	17.4g	17.9g	2.1g
13日 (木)	豚 丼	マスカットゼリー	豚肉：フランス、ハンガリー、スペイン、人参：茨城、千葉 玉葱：もやし：北海道、鶏皮マン：ホルトガル 小葱：佐賀、福岡、大分、宮崎	477kcal	16.8g	11.2g	1.0g
14日 (金)	こ 飯	チンジャオロースー オレンジ ミニアメリカンドッグ コンソメポテト春雨の中身サラダ	豚肉：フランス、スペイン、デンマーク、アメリカ、カナダ 玉葱：じゃがいも：北海道、ピーマン：宮崎、熊本、鹿児島 亦ピーマン：ホルトガル ミックスベジタブル：アメリカ さゆり：宮崎、熊本 オレンジ：アメリカ	379kcal	11.6g	11.5g	1.4g
17日 (月)	主 食	エビフライ フロッコリー マカロニとハムのサラダ 高野豆腐の炒め煮 ハイナップル	ミニトマト：宮崎、熊本、プロットコリー：エチオピア、コーン：アメリカ リーフレタス：茨城、愛知、福岡、人参：茨城、千葉、エビ：ベトナム まゆろ：宮崎、熊本、梅干：日本、豚肉：アメリカ、カナダ、デンマーク 小葱：佐賀、福岡、大分、宮崎 ハイナップル：フィリピン	378kcal	9.3g	10.6g	1.3g
18日 (火)	こ 飯	鶏の唐揚げ&ナゲット リーフレタス さつまいもの甘煮 ほうれん草ののり和え ごきんぞまろめ ハイナップル	鶏肉：タイ、日本 リーフレタス：茨城、愛知、福岡 さつまいも：茨城 いんげん：インド、しめじ：長野、北海道 ほうれん草：茨城、群馬、熊本、北海道、ハイナップル：フィリピン	378kcal	9.5g	13.1g	1.0g
19日 (水)	きつねうどん	蒸しケーキバナナ風味	鶏肉：北海道 椎茸：日本 オレンジ：アメリカ 小松菜：茨城、群馬、熊本、福岡	382kcal	15.7g	13.8g	2.0g
20日 (木)	こ 飯	鮭のムニエルタルタルソース 和風ベニコンソメパスタイ がんもの煮物 オレンジ	鮭・玉葱：北海道 豚肉：デンマーク、アメリカ、カナダ きぬぎさや：グアテマラ いんげん：インド	378kcal	15.8g	11.4g	1.2g
21日 (金) お昼ごはん	ホークカレー	プリン	豚肉：フランス、スペイン、デンマーク じゃがいも・玉葱：北海道 人参：茨城、千葉	531kcal	9.1g	15.5g	1.9g
25日 (火)	こ 飯	鶏肉の西京焼き キウイフルーツ チンゲン菜としめじのおかか炒め ちくわの薄切揚げ 金平ごぼう かぼちゃサラダチークスかけ	鶏肉・ごぼう：北海道 チンゲン菜：茨城、群馬、熊本 しめじ：長野、北海道、人参：茨城、千葉 かぼちゃ：メキシコ、ニュージーランド	381kcal	14.0g	12.7g	1.3g
26日 (水)	牛すき丼	りんごゼリー	牛肉：アメリカ、メキシコ、白米：茨城、長崎、鹿児島 人参：茨城、千葉 いんげん：インド	512kcal	10.8g	19.7g	1.2g
27日 (木)	こ 飯	オムレット&皮なしウインナー ソースやきそば ごまポテト メニューリアチークキ	鶏卵：日本 キャベツ：北海道、愛知 豚肉：アメリカ、カナダ、チリ、 ピーマン：宮崎、熊本、鹿児島、じゃがいも：北海道	376kcal	8.4g	11.3g	1.1g
28日 (金)	野菜たっぷり そばろ丼	ぶどうゼリー	鶏肉・玉葱：北海道、チンゲン菜：茨城、群馬、熊本 人参：茨城、千葉 ピーマン：宮崎、熊本、鹿児島	413kcal	14.6g	8.4g	0.9g



お米は、北海道産（ふっくりんこ、さらら）を使用しております。

