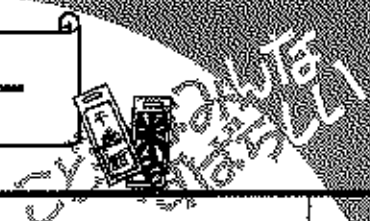




2014年11月度 段上幼稚園メニュー



<アレルギー表示 ●卵(→アレルギー対応方法)> *そばの入った食材は使用していません。

日	曜日	献立名	材 料				その他	食器
			赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・薬類・くだもの類	黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類			
3	月	文化の日						
5	水	麦ご飯 白身魚フライ ハムと野菜のオイスターソース炒め 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	白身魚フライ ●ロースハム(→ハムなし・コーン) 味噌 牛乳・いりこ	インゲン、玉ねぎ、人参 白菜、小松菜、わかめ 黄桃【缶詰】	滋賀県産こしひかり、押麦 油 ごま油、砂糖 麩 麦茶	醤油、オイスターソース、酒 だし【無添加】	絵皿 椀	
6	木	海鮮チャンポン 様々なサラダ(ハンパシラダ) キャンディチーズ 牛乳・いりこ・お茶	ムキエビ、かまぼこ ささみ、味噌 キャンディチーズ 牛乳・いりこ	キャベツ、玉ねぎ、人参 太もやし、胡瓜、イエローピーマン	中華麺、油 砂糖、白ごま、ごま油 麦茶	塩、中華だし、塩ラーメンスープの素 醤油、穀物酢、みりん、酒	丼 小皿	
10	月	ロールパン かぼちゃコロッケ ウインナーと大豆のトマト煮 スープ フルーツ 牛乳・いりこ	●ウインナー(→ウインナーなし) 水煮大豆 牛乳・いりこ	かぼちゃコロッケ 玉ねぎ、人参、インゲン キャベツ、ほうれん草、人参、えのき パイン【缶詰】	ロールパン 油 油、小麦粉 麦茶	塩、ケチャップ、ウスターソース ブイヨン【無添加】、塩	絵皿 椀	
12	水	麦ご飯 ハオユー豆腐 もやしとテンゲン菜の塩昆布和え 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	豆腐、豚肉 ちくわ 味噌 牛乳・いりこ	白菜、人参、玉ねぎ、枝豆 太もやし、テンゲンサイ、細切塩昆布 大根、青ねぎ バナナ	滋賀県産こしひかり、押麦 油、片栗粉 さつま芋、麩 麦茶	オイスターソース、中華調味料 中華だし だし【無添加】	絵皿 椀	
14	金	大根ときこの和風カレー ポテトサラダ みかん入りオレンジかん 牛乳・いりこ・お茶	豚肉 牛乳・いりこ	大根、だし昆布、玉ねぎ、人参、本しめじ エリンギ、えのき ブロッコリー、コーン 寒天、オレンジジュース、みかん【缶詰】	滋賀県産こしひかり、油 じゃが芋、●マヨネーズ(→マヨネーズなし) 砂糖 麦茶	カレールー 塩	絵皿 小皿	
17	月	麦ご飯 牛肉と厚揚げの煮物 キャベツのごま酢和え かき玉汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	牛肉、厚揚げ ●カニ風味かまぼこ(→カニかまなし) ●卵(→卵なし) 牛乳・いりこ	玉ねぎ、人参、干しいたけ、グリーンピース キャベツ、胡瓜 白菜、えのき、青ねぎ 黄桃【缶詰】	滋賀県産こしひかり、押麦 コンニャク、砂糖 白ごま、砂糖 麦茶	醤油、みりん、和風だし 穀物酢、醤油 だし【無添加】、醤油、みりん、塩	絵皿 椀	
★	19	水	五目チャーハン 鶏肉の唐揚げ ほうれん草ともやしのおかか和え わかめスープ 焼菓子 牛乳・いりこ・お茶	豚ミンチ、●卵(→卵なし) 鶏肉 花かつお 牛乳・いりこ	玉ねぎ、コーン、ピーマン 土生姜 ほうれん草、太もやし、人参 わかめ、大根	滋賀県産こしひかり、油、ごま油 小麦粉、片栗粉、油 春雨 ●焼菓子(→一口ゼリー) 麦茶	チャーハンの素、中華だし、塩、醤油 醤油、酒 醤油、みりん、和風だし ブイヨン【無添加】、塩	絵皿 椀
21	金	麦ご飯 サケのマヨネーズ焼 昆布イリチー 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	サケ うす揚げ 味噌 牛乳・いりこ	青切昆布、干切大根、人参、枝豆 かぼちゃ、玉ねぎ、小松菜 オレンジ	滋賀県産こしひかり、押麦 小麦粉、油、●マヨネーズ(→マヨネーズなし) コンニャク、油、砂糖 麩	塩 醤油、みりん、和風だし だし【無添加】	絵皿 椀	
24	月	振替休日						
26	水	ロールパン ピーフシチュー チーズ入りペンネサラダ フルーツポンチ 牛乳・いりこ	牛肉 チーズ 牛乳・いりこ	人参、玉ねぎ、トマトピューレ、グリーンピース ブロッコリー、コーン、イエローピーマン、レドピーマン、ピーマン バナナ、みかん【缶詰】、パイン【缶詰】、寒天	丸ロールパン じゃが芋、油 ペンネ、●マヨネーズ(→ゆず醤油ドレッシング) 砂糖	ピーフシチューの素、ケチャップ、塩 塩	絵皿 椀	
28	金	さつま芋ご飯 アジの味噌煮 白菜と小松菜のごま和え すまし汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	アジ、赤だし味噌 牛乳・いりこ	白菜、小松菜、人参 玉ねぎ、えのき、青ねぎ 黄桃【缶詰】	滋賀県産こしひかり、さつま芋 砂糖 そうめん 麦茶	塩 醤油、酒、和風だし ごま和えの素、醤油 だし【無添加】、醤油、みりん、塩	絵皿 椀	

★の日はお楽しみメニュー

*材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

栄養素	エネルギー	蛋白質	脂質	カルシウム
平均栄養価	469 kcal	16.7 g	15.2 g	200 mg

