



2016年 6月度 段上幼稚園メニュー

こどもはみんな
すばらしい

<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。 ※ちくわ、コインナーは卵・乳成分が含まれていない製品を使用しております

日 曜日	献立名	材 料				食器
		黄◇ カや体温となるもの 穀類・油類類・砂糖類・いも類	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・海藻類・くだもの類	その他	
1 水	マーマレードチキン ほうれん草のごま和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	小麦粉・油・マーマレード 白ごま 滋賀県産こしひかり・押麦	鶏肉 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	おろし生姜 ほうれん草・もやし・人参 白菜・しめじ・玉ねぎ バナナ	塩・醤油・みりん 醤油・みりん・だし だし 麦茶	給皿 椀
3 金	ポークカレー ツナと胡瓜のサラダ オレンジサワーかん 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 ●マヨネーズ(フリードレッシング)	豚肉 まぐろフレーク カルピス 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 胡瓜・コーン 冬菜・みかん(缶詰)	カレーフレーク 麦茶	給皿 小皿 椀
7 火	野菜コロッケ しらすと大根のサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	野菜コロッケ・油 ロールパン	しらす干し 牛乳・いりこ	大根・グリーンアスパラガス 小松菜・玉ねぎ・人参	青じそドレッシング チキンコンソメ 麦茶	給皿 椀
8 水	アジの葉焼風 ひじきサラダ 麦入りごはん 味噌汁 牛乳・いりこ	片栗粉・油・砂糖 砂糖・●マヨネーズ(フリードレッシング) 滋賀県産こしひかり・押麦	アジ 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	おろし生姜 芽ひじき・人参・キヌサヤ かぼちゃ・白菜・しめじ	酒・醤油・みりん だし・醤油・みりん だし 麦茶	給皿 椀
10 金	ワンタン醤油ラーメン ナムル フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	ラーメン・油・醤油ごま油 白ごま・砂糖・醤油ごま油	ワンタン 牛乳・いりこ	玉ねぎ・キャベツ・しめじ・青葱 チンゲンサイ・もやし・人参 オレンジ	鶏がらスープ・醤油・塩 醤油・塩 麦茶	丼 小皿
★ 15 水	五目チャーハン 肉団子の照り煮 白菜のさっぱり和え 汁ピーマン 牛乳・いりこ たい焼(カスタード)	滋賀県産こしひかり・油・ごま油 油・砂糖・片栗粉 砂糖 ピーマン	●卵(→コーン)・豚肉 チキンボール 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・青葱 おろし生姜 白菜・胡瓜・コーン わかめ	鶏がらスープ・塩 だし・醤油・みりん 穀物酢・醤油・みりん 鶏がらスープ 麦茶 ●たい焼(→ミニゼリー)	給皿 小皿 椀
17 金	サケの味噌照焼 春雨ごぼうサラダ 麦入りごはん すまし汁 フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	砂糖・油 春雨・●マヨネーズ(フリードレッシング) 滋賀県産こしひかり・押麦 麩	サケ・白味噌 牛乳・いりこ	ごぼう・人参・胡瓜・コーン ほうれん草・えのき りんご	みりん・酒 だし・塩 だし・醤油・塩 麦茶	給皿 椀
20 月	和風スパゲティ チキンカツ ポテトサラダ 牛乳・いりこ	スパゲティ・オリーブ油・片栗粉 油 じゃが芋 ●マヨネーズ(フリードレッシング)	牛肉 ●チキンカツ(→照焼チキン) 牛乳・いりこ	白菜・ブロッコリー・しめじ・青葱 胡瓜・コーン・人参	塩・だし・醤油 塩 麦茶	丼 給皿
22 水	とん平焼 切干大根のハリハリ和え 麦入りごはん 味噌汁 牛乳・いりこ	油・●マヨネーズ(→なし)・油 醤油ごま油・白ごま 滋賀県産こしひかり・押麦 麩	●卵(→豆腐)・豚肉 ●ハム(→なし) 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	キャベツ・玉ねぎ・青のり 切干大根・胡瓜・人参 もやし・玉ねぎ	だし・とんかつソース 醤油・穀物酢・みりん だし 麦茶	給皿 椀
24 金	ピピンパ丼 白菜とちくわのおかか和え たまごスープ フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・油・砂糖・ごま油 牛乳・いりこ	牛肉・合わせ麦みそ ちくわ・かつお節 ●卵(→コーン) 牛乳・いりこ	小松菜・大根・人参・もやし 白菜 わかめ オレンジ	醤油・穀物酢・鶏がらスープ 醤油・みりん・だし 鶏がらスープ 麦茶	丼 小皿 椀
27 月	かぼちゃサンドフライ コーンサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	油 砂糖・オリーブ油 ロールパン	 牛乳・いりこ	コーン・胡瓜・人参・レモン果汁 大根・キャベツ・わかめ	かぼちゃサンドフライ 穀物酢・塩・醤油 チキンコンソメ 麦茶	給皿 椀
29 水	家常豆腐 (ジャージャー豆腐) 小松菜とキャベツの中華和え ごはん ワカメスープ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	油・砂糖・片栗粉 醤油ごま油 滋賀県産こしひかり	豚肉・厚揚げ テンメシジャン・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・干しいたけ ピーマン・おろし生姜 小松菜・キャベツ わかめ・大根・青葱 バナナ	醤油・酒・鶏がらスープ 醤油・みりん・鶏がらスープ 鶏がらスープ 麦茶	給皿 小皿 椀

*のFはお楽しみメニュー

*4材料の割合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承ください。

平均栄養価	エネルギー469Kcal	タンパク質16.5g
	脂質16.1g	カルシウム△183mg

