













こどもはのびのびと
まはす



2017年 1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。 *ちくわ・ウインナーは卵・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・油脂類・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・藻類・くだもの類	その他	
11 水	カレーライス 切干大根サラダ ぶどうかん 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 砂糖・調合ごま油 砂糖	牛肉 ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 切干大根・胡瓜 寒天・ぶどうジュース	カレーフレーク 醤油・穀物酢・みりん 麦茶	絵皿 小皿 椀
13 金	豚肉のチャプチェ かぼちゃの甘煮 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	春雨・油・砂糖 白ごま・調合ごま油 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	豚肉  豆腐・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・ピーマン かぼちゃ もやし・青葱 オレンジ	醤油・みりん・酒 だし  麦茶	絵皿 小皿 椀
16 月	ハンバーグトマトソース マカロニサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	油 ツイストマカロニ ●マヨネーズ (→青じそドレッシング) ロールパン	ハンバーグ  牛乳・いりこ	しめじ・玉ねぎ・トマト 胡瓜・人参・キャベツ 大根・ワカメ・コーン	ケチャップ 塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
★ 18 水	洋風そぼろ寿司 ブロッコリー洋風煮 かき玉汁 ミニフィナンシェ 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・砂糖・油 麩 ●フィナンシェ (→ミニゼリー)	鶏ミンチ・●ロースハム(→なし) ●卵(→なし) 牛乳・いりこ	干しいたけ・人参・胡瓜・コーン ブロッコリー・人参 もやし	穀物酢・塩・醤油・みりん・だし チキンコンソメ だし・醤油・塩  麦茶	絵皿 椀
20 金	鶏五目うどん おさつフライ フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	うどん・片栗粉 さつまいも・油	鶏肉  牛乳・じゃこ	大根・人参・ワカメ 青葱・だし昆布 りんご	だし・醤油・みりん・塩 塩 麦茶	絵皿 椀
23 月	ミンチカツ マロニーサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	油 マロニー・油・砂糖 ロールパン	メンチカツ 牛乳・いりこ 	胡瓜・人参・コーン ワカメ・青葱・白菜	醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ 麦茶 	丼 絵皿
25 水	サケの煮付け 白菜の塩昆布和え あずきときのこのおこわ すまし汁 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	砂糖 滋賀県産こしひかり・もち米 麩	サケ 小豆・うす揚げ 牛乳・いりこ	白菜・小松菜・人参・塩昆布 しめじ・干しいたけ 大根・青葱 バナナ	醤油・酒・だし  醤油・みりん・酒・だし だし・醤油・塩 麦茶	絵皿 小皿 椀
27 金	ハムとチーズのオムレツ ブロッコリーとわかめのサラダ 麦入りごはん スープ フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	油  滋賀県産こしひかり・押麦	●卵(→じゃが芋)・豆乳 ●ハム(→鶏ミンチ)・チーズ 牛乳・いりこ	玉ねぎ ブロッコリー・人参・ワカメ キャベツ・コーン・ほうれん草 りんご	塩・チキンコンソメ・ケチャップ 青じそドレッシング チキンコンソメ 麦茶 	絵皿 小皿 椀
30 月	ぎつねうどん ちくわの磯辺揚 フルーツ(みかん) 牛乳・いりこ	うどん 小麦粉・油 	味付け揚げ ちくわ  牛乳・いりこ	ワカメ・青ねぎ・だし昆布 あおさのり みかん	だし・醤油・みりん・塩 麦茶	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。

平均栄養価	エネルギー432Kcal	たんぱく質15.5g
	脂質13.6g	カルシウム198mg

