



2019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おりません。

*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	
9 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・ごま油 砂糖	牛肉 さつま揚げ 牛乳・いりこ	にんにく・生姜 玉ねぎ・人参 切干大根・きゅうり 寒天・ぶどうジュース	カレーフレーク ケチャップ・ウスターソース 醤油・穀物酢・みりん 麦茶	絵皿 小皿 椀
11 金	のっぺうどん ちくわの磯辺揚 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	うどん・片栗粉 小麦粉・油	鶏肉 ちくわ 牛乳・いりこ	大根・しいたけ・青ねぎ あおさのり バナナ	だし・昆布つゆ・塩 麦茶	丼 小皿
17 木	肉巻フライ ポテトサラダ 麦入りごはん スープ 牛乳・いりこ	油 じゃが芋・マヨネーズ(→なし) 滋賀県産こしひかり・押麦	●肉巻(→豚の生姜炒め) 牛乳・いりこ	玉ねぎ・コーン・ドライパセリ ワカメ・もやし・人参	塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
18 金	サバの漬け焼 白菜の塩昆布和え 麦入りごはん 根菜汁 フルーツ(みかん) 牛乳・いりこ	油・砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦 こんにゃく	サバ 赤味噌・白味噌 牛乳・いりこ	おろし生姜 白菜・ほうれん草・人参・塩昆布 ごぼう・大根・青葱 みかん	醤油・みりん かつおだし 麦茶	絵皿 椀
21 月	ささみフリッター 小松菜と大根の中華和え ロールパン ミネストローネ風 牛乳・いりこ	油 調合ごま油 ロールパン ツイストマカロニ	●鶏ささみフリッター (→白身魚の唐揚げ) 牛乳・いりこ	小松菜・大根・人参 玉ねぎ・ブロッコリー トマトピューレ	醤油・みりん・鶏がらスープ チキンコンソメ・塩	絵皿 椀
★ 23 水	洋風そばろ寿司 ちくわとキャベツのサラダ かき玉汁 パウムクーヘン 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・砂糖・油 砂糖 片栗粉	豚ミンチ ●ロースハム(→なし) ちくわ ●卵(→なし) 牛乳・いりこ	干しいたけ・人参 きゅうり・コーン キャベツ・いんげん ワカメ・もやし	穀物酢・塩 醤油・みりん・だし 玉ねぎドレッシング だし・醤油・塩 ●パウムクーヘン (→ミニゼリー) 麦茶	絵皿 椀
25 金	ウインナーチーズオムレツ 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) 牛乳・ウインナー・チーズ 牛乳・いりこ	玉ねぎ ブロッコリー・人参・ワカメ 小松菜・大根 りんご	塩・チキンコンソメ・ケチャップ セミセパゆずしょうゆ チキンコンソメ 麦茶	絵皿 小皿 椀
28 月	ハンバーグトマトソース 春雨サラダ 麦入りごはん ほうれん草ポタージュ風スープ 牛乳・いりこ	油 はるさめ・油 滋賀県産こしひかり・押麦 じゃが芋	ハンバーグ 豆乳 牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマト きゅうり・人参 うらごしほうれん草・コーン	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 椀
30 水	焼そば コーンコロッケ スープ フルーツ(みかん) 牛乳・いりこ	中華麺・油・片栗粉 コーンコロッケ・油	豚肉 牛乳・いりこ	キャベツ・玉ねぎ 赤パプリカ・ピーマン もやし ブロッコリー・大根 みかん	酒・中濃ソース・醤油 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
31 木	牛肉コロッケ マカロニサラダ ロールパン かぼちゃ豆乳スープ 牛乳・いりこ	コロッケ・油 ツイストマカロニ ●マヨネーズ (→フレンチドレッシング) ロールパン	豆乳 牛乳・いりこ	人参・キャベツ・玉ねぎ かぼちゃ・ドライパセリ	塩 チキンコンソメ	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483Kcal	タンパク質16.5g
	脂質16.4g	カルシウム194mg

