



# 2019年 2月度 段上幼稚園メニュー (こじかクラブ)



平均栄養価

エネルギー467Kcal  
脂質14.4g

タンパク質16.0g  
カルシウム182mg

<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。

日付	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◇ からだの骨子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	その他	
1	金	牛肉のおかか炒め	油・砂糖	牛肉・かつお節	玉ねぎ・もやし・いんげん	醤油・みりん・酒	
		白菜のゆかり和え			白菜・いんげん・ゆかり		
4	月	ちくわとキャベツの酢の物	砂糖	ちくわ	キャベツ	穀物酢・醤油	
		麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦	牛乳・いりこ		麦茶	
6	水	サバの塩焼	油	サバ		塩	給血 機
		ほうれん草ともやしの和え物	滋賀県産こしひかり・押麦	豚肉・合わせ麦みそ	大根・白菜・人参・青ねぎ	だし 麦茶	
7	木	ハムカツ	油	ハムカツ		塩	給血 機
		和風サラダ	油・砂糖	人参・小松菜・白菜	青じそドレッシング	醤油・みりん	
8	金	鶏肉のカレー風味揚	小麦粉・油	鶏肉		塩・デミグラスソース カレー粉・ケチャップ チキンコンソメ	給血 機
		ブロccoliーと しらすのサラダ		しらす干し	ブロccoliー・コーン	玉ねぎドレッシング	
13	水	あんかけラーメン	中華麺・油・片栗粉	豚肉	玉ねぎ・人参 コーン・小松菜・キャベツ	醤油・鶏がらスープ 塩・醤油ラーメンスープ	丼 小皿
		中華ポテト	さつま芋・油・砂糖		りんご		
14	木	アジの旨煮	砂糖	アジ	しょうが	ウスターソース・醤油・酒	丼 小皿
		大根と昆布の酢の物	砂糖	大根・きゅうり・さざみ昆布	穀物酢・醤油	醤油・みりん・だし	

★の日はお楽しみメニュー

\*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。

日付	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◇ からだの骨子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	その他	
15	金	ハートのミートコロッケ	ハートのミートコロッケ・油				給血 機
		野菜マカロニサラダ	ツイストマカロニ ●マヨネーズ (→フレンチドレッシング)		人参・コーン・ほうれん草	塩	
18	月	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦	牛乳・いりこ		麦茶	給血 機
		チキンボールの甘酢炒め	油・砂糖・片栗粉	チキンボール		穀物酢・醤油 ケチャップ・鶏がらスープ	
20	水	ツナとポテトのオムレツ	じゃが芋・油			塩	給血 機
		春雨サラダ	はるさめ・油	さつま揚げ	玉ねぎ・ドライパセリ	塩・チキンコンソメ・ケチャップ	
21	木	星のミートコロッケ	星のミートコロッケ・油				給血 機
		しらす大根のサラダ	油	しらす干し	キャベツ・人参	青じそドレッシング	
22	金	鶏肉ときのこの和風カレー	滋賀県産こしひかり・油	鶏肉		塩	給血 機
		じゃが芋 ●マヨネーズ(→なし)	砂糖	きゅうり・コーン	寒天・オレンジジュース	塩	
26	火	クルルの おさつクリームシチュー	さつま芋・油・ツイストマカロニ	豚肉・牛乳			丼 給血 小皿
		白身魚フライ	油	白身魚フライ		穀物酢・醤油	
27	水	そばろうどん	うどん・油・砂糖	豚ミンチ			丼 小皿
		ちくわの照り煮	油・砂糖	ちくわ		醤油・みりん	
28	木	サバの甘辛焼	砂糖・油	サバ			給血 小皿
		白身魚フライ	白ごま・白ごま	りんご	しょうが	醤油・みりん・だし	

