



2019年 10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	赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	その他	
			穀類・油脂類・砂糖類・いも類	魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類		
2	水	豚肉と野菜のあんかけ丼 オニオンリング ワカメスープ 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・片栗粉 油	豚肉・さつま揚げ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・白菜・小松菜 オニオンリング コーン・ワカメ オレンジ	中華だし・醤油・みりん・酒 中華だし 麦茶	丼 小皿 椀
4	金	サバの塩焼 ブロッコリーともやし野菜和え 麦入りごはん 具沢山味噌汁 牛乳・いりこ	油 ごま油 滋賀県産こしひかり・押麦 こんにやく	サバ ●卵(→なし) うす揚げ・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	ブロッコリー・もやし 大根・人参・青ねぎ	塩 醤油・みりん・かつおだし かつおだし 麦茶	絵皿 椀
7	月	ミートボールの トマトカレースープ煮 マカロニサラダ ロールパン 牛乳・いりこ	油・片栗粉 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	チキンボール 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・コーン グリーンピース・トマト キャベツ・ほうれん草 赤パプリカ	チキンコンソメ・カレーフ レーク 醤油・みりん・酒 塩	丼 絵皿
9	水	野菜たっぷり塩ラーメン ちくわの磯辺揚 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	中華麺・油 小麦粉・油	豚肉 ちくわ 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・青ねぎ キャベツ・もやし あおさのり バナナ	醤油・中華だし 塩・塩ラーメンスープ 麦茶	丼 小皿
11	金	焼チキン南蛮 昆布イリチー 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	片栗粉・油・砂糖 ●マヨネーズ(→なし) 油・砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦 麩	鶏肉 うす揚げ 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	にんにく・玉ねぎ・きゅうり きざみ昆布・切干大根 干しいたけ・人参・いんげん 小松菜・青ねぎ りんご	塩・酒・穀物酢・醤油 醤油・みりん・かつおだし かつおだし 麦茶	絵皿 小皿 椀
16	水	カレーライス ツナサラダ オレンジかん 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 砂糖	牛肉 まぐろフレーク 牛乳・いりこ	にんにく・生姜・玉ねぎ・人参 ほうれん草・大根・コーン 寒天・オレンジジュース	カレーフレーク・クチャップ・ウスターソース 青じそドレッシング 麦茶	絵皿 小皿 椀
17	木	メンチカツ しらすとブロッコリーのサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	油 油・砂糖 ロールパン	●メンチカツ (→豚のカレー炒め) しらす干し 牛乳・いりこ	ブロッコリー・キャベツ・人参 玉ねぎ・ワカメ	醤油・穀物酢 チキンコンソメ	絵皿 椀
★	23	サンマの蒲焼風 大根とワカメの酢の物 あずきおこわ 味噌汁 パイ饅頭(かぼちゃ) 牛乳・いりこ	片栗粉・油・砂糖 砂糖 滋賀県産こしひかり・もち米 花麩 ●パイ饅頭かぼちゃあん (→ミニゼリー)	サンマ 小豆 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	生姜 大根・人参・ワカメ ほうれん草・しめじ	酒・醤油・みりん 穀物酢・醤油 醤油・みりん・酒・かつおだし かつおだし 麦茶	絵皿 小皿 椀
28	月	焼き栗コロッケ おほかたサラダ 菜飯ごはん 味噌汁 牛乳・いりこ	焼き栗コロッケ・油 滋賀県産こしひかり	かつお節 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	ブロッコリー・人参・コーン 菜飯の素 玉ねぎ・小松菜	玉ねぎドレッシング かつおだし 麦茶	絵皿 椀
30	水	きつねうどん ちくわとキャベツの梅風味和え フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	うどん	いなり用揚げ ちくわ 牛乳・いりこ	ワカメ・青ねぎ キャベツ・きゅうり・人参・練り梅 バナナ	かつおだし・昆布つゆ 醤油・みりん・かつおだし 麦茶	丼 小皿

*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497Kcal	たんぱく質16.2g
	脂質18.4g	カルシウム195mg

