



2021 8月度 段上幼稚園メニュー (こじかクラブ)



<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			
			黄◇ 力や体温となるもの	赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの糖子を整えるもの	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・果糖・くだもの類	
2月		サケの塩焼 わかめと大根の梅風味和え 煮豆 焼きポテト 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	油	さけ	わかめ・大根・練り梅 人参・干しいたけ・グリーンピース	塩 醤油・本みりん・だし だし・醤油・本みりん・料理酒 塩 麦茶
		砂糖 じゃが芋・油 米(国産)・押麦	大豆			
3火		豚天の甘酢あん ほうれん草のお浸し かぼちゃの甘煮 麦入りごはん フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・油・砂糖・でん粉	豚肉	レモン果汁 ほうれん草・人参 かぼちゃ バナナ	塩・醤油・酢・本みりん 醤油・本みりん・だし 麦茶
		砂糖 米(国産)・押麦				
4水		サバの旨煮 野菜のソテー 厚揚げの青のり焼 麦入りごはん ミニゼリー 牛乳・いりこ・お茶	砂糖 油	さば	しょうが ブロッコリー・人参・玉ねぎ あおさのり	ウスターソース・醤油・料理酒 チキンコンソメ 醤油・本みりん 麦茶
		油・砂糖 米(国産)・押麦 一口ゼリー	生揚げ			
5木		ジュウシー(沖縄風おこわ) ミニアメリカンドッグ 高野豆腐と昆布の煮物 ビーフンソテー フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ・お茶	米(国産)・もち米・調合ごま油 アメリカンドッグ・油 砂糖 ビーフン・油	人参・ひじき・さやいんげん	醤油・本みりん・料理酒・だし トマトケチャップ だし・醤油・本みりん 丸鶏がらスープ 麦茶	
		砂糖 牛乳・いりこ・お茶	凍り豆腐 ツナフレーク	細切昆布 ピーマン・玉ねぎ オレンジ		
6金		焼きキン商売 ほうれん草とやしのソテー ツナとオクラのサラダ 麦入りごはん フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ・お茶	でん粉・油・砂糖・マヨネースタイプ(卵不使用) 油 油・砂糖 米(国産)・押麦	鶏肉	にんにく・玉ねぎ・ドライパセリ ほうれん草・緑豆もやし 人参・オクラ バナナ	塩・料理酒・酢・醤油 チキンコンソメ 酢・醤油 麦茶
		油・砂糖 米(国産)・押麦	ツナフレーク			
10火		ハンバーグ マカロニソテー ブロッコリーの洋風浸し コーンとわかめの酢の物 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	油 マカロニ・油	ハンバーグ	ブロッコリー・人参 コーン・わかめ	トマトケチャップ チキンコンソメ チキンコンソメ 酢・醤油 麦茶
		砂糖 米(国産)・押麦				
11水		そぼろ寿司 ちくわの天ぷら 白菜のおかか和え ウインナーとアスパラガスのソテー フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ・お茶	油 小麦粉・油	豚ひき肉	干しいたけ・人参・さやいんげん・コーン	酢・塩・醤油・本みりん・だし 塩 醤油・本みりん・だし チキンコンソメ 麦茶
		油	ちくわ かつお節 ウインナー	白菜・ほうれん草 グリーンアスパラガス・玉ねぎ オレンジ		
12木		カレー風味チキン 切干大根の酢の物 焼さつま芋 麦入りごはん フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ・お茶	油 砂糖・ごま油 さつま芋・油 米(国産)・押麦	鶏肉	切干大根・人参・きゅうり バナナ	塩・カレーパウダー チキンコンソメ・トマトケチャップ 醤油・酢・本みりん 塩 麦茶
		油				
16月		コーンコロッケ いんげんのごま和え ツナと野菜のソテー 麦入りごはん ミニゼリー 牛乳・いりこ・お茶	コーンコロッケ・油 白ごま 油 米(国産)・押麦 一口ゼリー		さやいんげん・人参 ブロッコリー・玉ねぎ	醤油・本みりん・だし チキンコンソメ 麦茶
		油	ツナフレーク			
17火		チキンソテー ハイナップソース アスパラガスの洋風浸し ちくわのソテー 白菜のお浸し 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・油・砂糖・でん粉 油 米(国産)・押麦	鶏肉	パイン(缶詰) グリーンアスパラガス・人参 白菜・小松菜	塩・醤油・料理酒 チキンコンソメ チキンコンソメ 醤油・本みりん・だし 麦茶
		油	ちくわ			

平均栄養価 エネルギー485Kcal タンパク質17.7g
脂質14.5g カルシウム198mg



*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			
			黄◇ 力や体温となるもの	赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの糖子を整えるもの	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・果糖・くだもの類	
18水		牛肉と厚揚げの旨煮 かぼちゃの青のり焼 大根と胡瓜の酢の物 麦入りごはん フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ・お茶	砂糖 油 砂糖 米(国産)・押麦	牛肉・生揚げ	玉ねぎ・人参・グリーンピース かぼちゃ・あおさのり 大根・きゅうり バナナ	だし・醤油・本みりん 塩 酢・醤油 麦茶
		油・砂糖 春雨・油				
19木		豚肉とキャベツの味噌炒め 春雨サラダ ウインナーピーズ 麦入りごはん フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ・お茶	油・砂糖 春雨・油 米(国産)・押麦	豚肉・合わせみそ	ウインナー・大豆 キャベツ・ピーマン・しょうが 人参・ほうれん草 玉ねぎ オレンジ	醤油・本みりん 青じそドレッシング チキンコンソメ・トマトケチャップ 麦茶
		砂糖・白ごま ポテトフライ ひじきサラダ 小松菜の和え物 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶				
20金		アジのごま醤油煮 ポテトフライ ひじきサラダ 小松菜の和え物 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	砂糖・白ごま ポテトフライ・油 砂糖・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	あじ	しょうが ひじき・人参・きゅうり 緑豆もやし・小松菜	醤油・本みりん・料理酒 塩 だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし 麦茶
		油 砂糖				
23月	★	ハムカツ 白菜とほうれん草のレモン和え 大根洋風煮 コーンケチャップライス ぶどうかん 牛乳・いりこ・お茶	油 砂糖 米(国産)・油 砂糖	ハムカツ	白菜・ほうれん草・レモン果汁 大根・人参 コーン・玉ねぎ 寒天・ぶどうジュース	酢・醤油 チキンコンソメ トマトケチャップ・チキンコンソメ・塩 麦茶
		砂糖・小麦粉・油 マヨネースタイプ(卵不使用) 油・砂糖 米(国産)・押麦				
24火		サバのおかか焼 キャベツのサラダ ひじき豆 麦入りごはん フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ・お茶	砂糖・小麦粉・油 マヨネースタイプ(卵不使用) 油・砂糖 米(国産)・押麦	さば・かつお節 大豆	キャベツ・きゅうり・人参 ひじき・グリーンピース バナナ	醤油・本みりん 塩 だし・醤油・料理酒 麦茶
		米(国産)・砂糖・白ごま 砂糖・でん粉・油				
25水		いなり寿司 鶏の竜田揚げ ブロッコリーのお浸し インゲンとやしの梅風味和え ミニゼリー 牛乳・いりこ・お茶	米(国産)・砂糖・白ごま 砂糖・でん粉・油 一口ゼリー	味付けいなり揚げ 鶏肉	しょうが ブロッコリー・人参 さやいんげん・緑豆もやし・練り梅	酢・塩 醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・だし 麦茶
		油・砂糖・でん粉				
26木		肉団子の甘酢炒め 白菜としめじの和え物 ポテトのチーズ焼 麦入りごはん フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ・お茶	油・砂糖・でん粉 じゃが芋・油 米(国産)・押麦	チキンボール	玉ねぎ 白菜・しめじ・人参 オレンジ	酢・醤油・丸鶏がらスープ トマトケチャップ 青じそドレッシング 塩 麦茶
		小麦粉・油 マカロニ・油 油				
27金		白身魚のムニエル マロニーサラダ ちくわとアスパラのソテー フルーツ(バナナ) 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・油 マロニー・油・マヨネースタイプ(卵不使用) 油 米(国産)・押麦	たら	人参・きゅうり グリーンアスパラガス・玉ねぎ バナナ	チキンコンソメ チキンコンソメ 麦茶
		小麦粉・油・砂糖 油・砂糖 さつま芋・砂糖 砂糖 米(国産)・押麦				
30月		チキンチャップ ごぼうの甘辛炒め さつま芋のレモン煮 茄子の煮浸し 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・油・砂糖 油・砂糖 さつま芋・砂糖 砂糖 米(国産)・押麦	鶏肉	ごぼう・人参・さやいんげん レモン果汁 なす	塩・トマトケチャップ ウスターソース・チキンコンソメ 醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし 麦茶
		小麦粉・油・砂糖・オリーブ油 マカロニ・油 油 米(国産)・押麦				
31火		サケのマリネ 野菜マカロニソテー かぼちゃのチーズ焼 ほうれん草とやしのわかめ和え 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・油・砂糖 マカロニ・油 油 米(国産)・押麦	さけ	玉ねぎ 人参・キャベツ かぼちゃ ほうれん草・緑豆もやし	酢・醤油 チキンコンソメ 塩 醤油・本みりん・だし 麦茶
		油				