



2021 8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485Kcal 脂質14.5g	タンパク質17.7g カルシウム198mg
-------	-------------------------	--------------------------

<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・果類・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	さけ 大豆	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	
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 砂糖 じゃが芋・油 米 (国産)・押麦	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		
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 油・砂糖 米 (国産)・押麦 一口ゼリー	さば 生揚げ	しょうが フロクコリー・人参・玉ねぎ あおさのり 麦茶		
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		
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 ツナフレーク	塩・料理酒・酢・醤油 チキンコンソメ 酢・醤油 麦茶		
10火	ハンバーグ マカロニソテー フロクコリーのお浸し コーンとわかめの酢の物の 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	油 マカロニ・油 砂糖 米 (国産)・押麦	ハンバーグ フロクコリー・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		
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	米 (国産)・砂糖・油 小麦粉・油 油	干しいたけ・人参・さやいんげん・コーン ちくわ かつお節 ウインナー バナナ	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		
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		
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 フロクコリー・玉ねぎ	醤油・本みりん・だし チキンコンソメ 麦茶		
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 ちくわ 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		

*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・果類・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	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	
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	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 オレンジ 麦茶		
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	しょうが あじ 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		
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		
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 バナナ	醤油・本みりん 塩 だし・醤油・料理酒 麦茶		
25水	いなり寿司 鶏の竜田揚げ フロクコリーのお浸し 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 フロクコリー・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		
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 ミックスチーズ バナナ	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		
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 ちくわ	チキンコンソメ チキンコンソメ 麦茶		
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		
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・オリーブ油 マカロニ・油 油 米 (国産)・押麦	さけ ミックスチーズ かつお節	酢・醤油 チキンコンソメ 塩 醤油・本みりん・だし 麦茶		