



2021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 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		
4	月	焼き栗コロッケ おなかサラダ ロールパン 具だくさんスープ 牛乳・いりこ	焼き栗コロッケ・油 ロールパン	かつお節 牛乳・いりこ	大根・コーン・さやいんげん わかめ・人参・小松菜・玉ねぎ	玉ねぎドレッシング チキンコンソメ	絵皿 椀	
5	火	ハンバーグバーベキュー風味 マカロニサラダ 麦入りごはん ミニシチュー 牛乳・いりこ	油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 じゃが芋	ハンバーグ 鶏肉・牛乳 牛乳・いりこ	キャベツ・ブロッコリー 人参・玉ねぎ・グリーンピース	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 クリームシチューミックス 麦茶	絵皿 椀	
11	月	ぎつねうどん ちくわとキャベツの梅風味和え フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	うどん	味付けいなり揚げ ちくわ 牛乳・いりこ	わかめ・小松菜 キャベツ・きゅうり・人参・練り梅 オレンジ	だし・白だし 醤油・本みりん・だし 麦茶	丼 小皿	
12	火	メンチカツ おさつサラダ ロールパン 豆乳スープ ぶどうゼリー 牛乳・いりこ	油 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) ロールパン ぶどうゼリー	●メンチカツ(→ハムカツ) 豆乳 牛乳・いりこ	キャベツ・人参・ドライパセリ 玉ねぎ・コーン・ブロッコリー	中濃ソース 塩 チキンコンソメ	絵皿 椀	
13	水	サバの塩焼 ほうれん草ともやしの菜種和え 麦入りごはん 具沢山味噌汁 牛乳・いりこ	油 調合ごま油 米(国産)・押麦 つきこんにやく	さば ●卵(→なし) 油揚げ・合わせみそ 牛乳・いりこ	ほうれん草・緑豆もやし 玉ねぎ・人参・わかめ	塩 醤油・本みりん・だし だし 麦茶	絵皿 椀	
18	月	チキンボールカレー風味 和風サラダ 麦入りごはん 具だくさんスープ 牛乳・いりこ	油・でん粉 砂糖・オリーブ油 米(国産)・押麦	チキンボール 豆乳 牛乳・いりこ	玉ねぎ 大根・グリーンアスパラガス・人参 ブロッコリー・キャベツ・ほうれん草・コーン	だし・トマトケチャップ・醤油 本みりん・塩・カレーフレーク 酢・醤油 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀	
20	水	焼きキン南蛮 昆布イリチー 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	でん粉・油・砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油・砂糖 米(国産)・押麦 おつゆ麩	鶏肉 油揚げ 合わせみそ 牛乳・いりこ	にんにく・玉ねぎ・きゅうり 細切昆布・切干大根 干しいたけ・人参・さやいんげん 小松菜 バナナ	塩・料理酒・酢・醤油 醤油・本みりん・だし だし 麦茶	絵皿 椀	
22	金	サンマの蒲焼風 もやしとワカメの酢の物 あずきおこわ 花麩の味噌汁 フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	でん粉・油・砂糖 砂糖 米(国産)・もち米 花麩	さんま開き 小豆 豆腐・合わせみそ 牛乳・いりこ	しょうが 緑豆もやし・人参・わかめ しめじ りんご	料理酒・醤油・本みりん 酢・醤油 醤油・本みりん・料理酒・だし だし 麦茶	絵皿 椀	
★	25	月	ハロウィンハンバーグ ポテトサラダ 麦入りごはん コーンスープ パンプキンプリン 牛乳・いりこ	油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	かぼちゃ型ハンバーグ 豆乳 牛乳・いりこ	ぎゅうり・人参・玉ねぎ クリームコーン・コーン しめじ・ドライパセリ	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 チキンコンソメ パンプキンプリン	絵皿 椀
26	火	牛肉コロッケ オクラともやしのサラダ ロールパン 具だくさんスープ 牛乳・いりこ	牛肉コロッケ・油 ロールパン	 牛乳・いりこ	オクラ・緑豆もやし・人参 玉ねぎ・ほうれん草・大根・わかめ	おろし醤油ドレッシング チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀	
27	水	カレーライス ツナサラダ オレンジかん 牛乳・いりこ	米(国産)・じゃが芋・油 砂糖	牛肉 ツナフレーク 牛乳・いりこ	にんにく・しょうが・玉ねぎ・人参 ほうれん草・大根・黄パプリカ 寒天・オレンジジュース	カレーフレーク トマトケチャップ ウスターソース 青じそドレッシング 麦茶	絵皿 小皿	

★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がありますので、ご了承下さい。

平均栄養価	エネルギー471Kcal	タンパク質15.5g
	脂質16.6g	カルシウム207mg

