



2021年 12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・豆类・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	
1	水	鶏肉の照焼 しらすと大根のサラダ 麦入りごはん 花麩のすまし汁 フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ	油・砂糖 油・砂糖 米(国産)・押麦 花麩	鶏肉 しらす 牛乳・いりこ	しょうが 大根・ほうれん草 わかめ・えのきたけ オレンジ	醤油・本みりん 醤油・酢 だし・醤油・塩 麦茶	絵皿 椀
3	金	カレーうどん 揚げおさつ フルーツ（りんご） 牛乳・いりこ	うどん・でん粉 さつまいも・油 	牛肉・油揚げ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・小松菜 りんご	だし・白だし・カレーフレーク 塩 麦茶	丼 小皿
6	月	キラキラハンバーグ マカロニサラダ ロールパン おさつクリームスープ 牛乳・いりこ	油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) ロールパン さつまいも・でん粉	ハンバーグ 豆乳 牛乳・いりこ	きゅうり・人参 クリームコーン・コーン 玉ねぎ・ドライパセリ	トマトケチャップ 塩 チキンコンソメ	絵皿 椀
8	水	サバの旨煮 <small>白菜とブロッコリーのおかか和え</small> 麦入りごはん 具だくさん汁 牛乳・いりこ	砂糖 米(国産)・押麦 さつまいも	さば かつお節 油揚げ・合わせみそ 牛乳・いりこ	しょうが 白菜・人参・ブロッコリー 大根・小松菜	ウスターソース・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし 麦茶	絵皿 椀
10	金	醤油ラーメン 野菜とちくわの和え物 フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ・お茶	ラーメン・油 	豚肉 ちくわ 牛乳・いりこ	白菜・玉ねぎ コーン・ほうれん草 人参・緑豆もやし バナナ	醤油・丸鶏がらスープ 塩・醤油ラーメンスープ 醤油・本みりん・だし 麦茶	丼 小皿
13	月	星のミートコロック ブロッコリーサラダ 麦入りごはん スープ ぶどうゼリー 牛乳・いりこ	星のミートコロック・油 米(国産)・押麦 ぶどうゼリー	 牛乳・いりこ	ブロッコリー・キャベツ・人参 玉ねぎ・小松菜	青じそドレッシング チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
14	火	ミートボールバーベキュー風 おさつサラダ ロールパン かぼちゃ豆乳スープ 牛乳・いりこ	油・砂糖 さつまいも・マヨネーズタイプ(卵不使用) ロールパン	チキンボール 豆乳 牛乳・いりこ	きゅうり・人参 かぼちゃ・玉ねぎ 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	絵皿 椀
★	15 水	赤飯 鶏肉の唐揚げ お雑煮風 クリスマスデザート 牛乳・いりこ	もち米・米(国産)・黒ごま でん粉・油 白玉だんご・花麩 サンタさんの三色デザート	赤飯の素 鶏肉 牛乳・いりこ	しょうが 白菜・人参・みつば	塩 醤油・料理酒 だし・醤油・塩 麦茶	絵皿 椀

★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463Kcal	タンパク質16.7g
	脂質16.1g	カルシウム222mg

