



2022年 1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・ウィンナーは卵・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	
12	水	カレーライス 切干大根サラダ りんごかん 牛乳・いりこ	米(国産)・じゃが芋・油 砂糖・調合ごま油 砂糖	牛肉 さつま揚げ 牛乳・いりこ	にんにく・しょうが 玉ねぎ・人参 切干大根・ブロッコリー・キャベツ 寒天・りんごジュース	カレーフレーク トマトケチャップ ウスターソース 醤油・酢・本みりん 麦茶	絵皿 小皿
14	金	のっぺいうどん ちくわの磯辺揚 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	うどん・でん粉 小麦粉・油	豚肉 ちくわ 牛乳・いりこ	大根・人参 干しいたけ・小松菜 あおさのり バナナ	だし・白だし・塩 麦茶	丼 小皿
17	月	チキンパン粉焼 ツナサラダ 麦入りごはん スープ ピーチゼリー 牛乳・いりこ	油・砂糖 マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 ももゼリー	チキンのパン粉焼(バジル) ツナフレーク 牛乳・いりこ	キャベツ・人参 ほうれん草・玉ねぎ	トマトケチャップ チキンコンソメ チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
19	水	サバの漬け焼 白菜の塩昆布和え 麦入りごはん 豚汁 フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	油・砂糖 米(国産)・押麦	さば 豚肉・油揚げ・合わせみそ 牛乳・いりこ	しょうが 白菜・小松菜・人参・塩昆布 大根・玉ねぎ りんご	醤油・本みりん だし 麦茶	絵皿 椀
21	金	高野豆腐のそぼろ丼 春巻 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 油	凍り豆腐・豚ひき肉 合わせみそ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 しょうが・グリーンピース 春巻 わかめ・緑豆もやし オレンジ	醤油・料理酒・だし だし 麦茶	丼 小皿 椀
24	月	ハンバーグトマトソース 春雨サラダ ロールパン 豆乳スープ 牛乳・いりこ	油・砂糖 春雨・油 ロールパン	ハンバーグ 豆乳 牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマト きゅうり・人参 かぼちゃ・ブロッコリー	トマトケチャップ 青じそドレッシング チキンコンソメ	絵皿 椀
26	水	白身魚のタルタルソース ミックスサラダ 麦入りごはん いんげん豆のごま和え 牛乳・いりこ	油・砂糖・ マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 じゃが芋	白身魚フライ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・ドライパセリ 大根・人参・コーン ほうれん草	酢 玉ねぎドレッシング チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
★	28	洋風そぼろ寿司 ちくわとキャベツの和え物 かき玉汁 レモンケーキ 牛乳・いりこ	米(国産)・砂糖・油 でん粉 ●レモンケーキ(→ミニゼリー)	豚ひき肉 ●ロースハム(→なし) ちくわ ●卵(→なし) 牛乳・いりこ	干しいたけ・人参 きゅうり・コーン キャベツ・さやいんげん 小松菜・緑豆もやし	酢・塩・醤油 本みりん・だし 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩 麦茶	絵皿 椀
31	月	牛肉コロッケ マカロニサラダ ロールパン コーンスープ 牛乳・いりこ	牛肉コロッケ・油 マカロニ マヨネースタイプ(卵不使用) ロールパン	豆乳 牛乳・いりこ	人参・キャベツ クリームコーン・コーン・玉ねぎ	塩 チキンコンソメ	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459Kcal たんぱく質16.4g 脂質14.9g カルシウム208mg
-------	---

