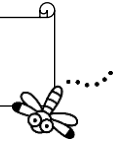




# 2022年 9月度 段上幼稚園メニュー



<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。

今月の旬の食材は 9/12(月) パンプキンサラダです。

\*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

★の日はお楽しみメニュー

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◇ からの調子を整えるもの 野菜類・薬類・くだもの類	その他	
2	金	ポークカレー コーンサラダ りんごかん 牛乳・いりこ	米(国産)・じゃが芋・油  砂糖	豚肉  牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・にんにく・しょうが コーン・きゅうり・キャベツ 寒天・りんごジュース	トマトケチャップ・ウスターソース・カレーフレーク 青じそドレッシング  麦茶	絵皿 小皿
5	月	チキンポルトマトソース マカロニサラダ ロールパン 豆乳スープ 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 でん粉	チキンボール  豆乳 牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマト 人参・さやいんげん  コーン・ブロッコリー	トマトケチャップ 塩  チキンコンソメ	絵皿 椀
7	水	厚揚げと野菜の中華炒め  蒸シューマイ 麦入りごはん 中華スープ 牛乳・いりこ	油・砂糖・でん粉  米(国産)・押麦	豚肉・生揚げ・みそ  肉しゅうまい  牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・黄パプリカ・ ピーマン・しょうが・にんにく  小松菜・キャベツ	醤油・料理酒・丸鶏がらスープ  丸鶏がらスープ 麦茶	絵皿 椀
9	金	醤油ラーメン  ちくわの磯辺揚 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	ラーメン・油  小麦粉・油	豚肉 ちくわ  牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・緑豆もやし・ほうれん草  あおさのり バナナ	塩・丸鶏がらスープ・ 減塩醤油ラーメンスープ 塩  麦茶	丼 小皿
12	月	白身魚フライ パンプキンサラダ ロールパン ポトフ風スープ 牛乳・いりこ	油 マヨネーズタイプ(卵不使用) ロールパン じゃが芋	白身魚フライ  ウィンナー 牛乳・いりこ	かぼちゃ・玉ねぎ・人参  ブロッコリー・キャベツ	中濃ソース 塩  チキンコンソメ	絵皿 椀
★	14	鶏肉の照焼 和風サラダ 麦入りごはん 味噌汁 ペアクリームワッフル 牛乳・いりこ	油・砂糖 米(国産)・押麦  ●ペアクリームワッフル (→ミニゼリー)	鶏肉  油揚げ・合わせみそ  牛乳・いりこ	さやいんげん・緑豆もやし・人参  小松菜	醤油・本みりん おろし醤油ドレッシング  だし  麦茶	絵皿 椀
16	金	スパゲティナポリタン  ちくわ入りサラダ チキンナゲット スープ ぶどうゼリー 牛乳・いりこ	スパゲティ・油  砂糖・オリーブ油 油  ぶどうゼリー	ウィンナー ちくわ ●チキンナゲット(→ハムカツ)  牛乳・いりこ	玉ねぎ・ピーマン・ コーン・トマトピューレ キャベツ・人参  大根・ブロッコリー	塩・トマトケチャップ・ チキンコンソメ 酢・塩  チキンコンソメ	絵皿 椀
21	水	マグロカツ 春雨サラダ 麦入りごはん スープ フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	油 春雨・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	まぐろカツ  牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参  わかめ・緑豆もやし オレンジ	中濃ソース 塩  チキンコンソメ  麦茶	絵皿 椀
26	月	ハンバーグデミグラスソース  しらすのさっぱりサラダ 麦入りごはん 貝だくさんスープ 牛乳・いりこ	油  米(国産)・押麦 さつま芋	ハンバーグ  しらす  牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマトピューレ  大根・人参・さやいんげん  わかめ・ほうれん草・白菜	赤ワイン(料理用)・本みりん・ ハヤシフレーク・ トマトケチャップ 玉ねぎドレッシング  チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
28	水	サケのマヨネーズ焼 もやしと小松菜のお浸し 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	さけ  豆腐・合わせみそ  牛乳・いりこ	緑豆もやし・小松菜・人参  わかめ オレンジ	塩 醤油・本みりん・だし  だし  麦茶	絵皿 椀

\*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17.3g 脂質15.7g カルシウム199mg
-------	---

