



2023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。

今月の旬の食材は 1/16(月)
白菜豆乳スープです。

*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

★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◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・薬類・くだもの類	その他	
11 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 	豚肉 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
13 金	のっぺうどん 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
16 月	ハンバーグトマトソース 春雨サラダ 麦入りごはん 白菜豆乳スープ 牛乳・いりこ	油・砂糖 春雨・油 米(国産)・押麦	ハンバーグ 豆乳 牛乳・いりこ 	玉ねぎ・トマト きゅうり・人参 白菜・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 麦茶	絵皿 椀
★ 18 水	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・●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
20 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
23 月	白身魚のタルタルソース ミックスサラダ ロールパン ポトフスープ 牛乳・いりこ	油・マヨネーズタイプ(卵不使用)・砂糖 玉ねぎドレッシング ロールパン じゃが芋	白身魚フライ ウインナー 牛乳・いりこ 	玉ねぎ・ドライバセリ 大根・人参・コーン 白菜・ブロッコリー	酢 チキンコンソメ	絵皿 椀
24 火	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 マヨネーズタイプ(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
25 水	チキンハヤシ おかかサラダ フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	米(国産)・油 油・砂糖	鶏肉 かつお節 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・しめじ 大根・小松菜・コーン りんご	ハヤシフレーク・ トマトケチャップ・ チキンコンソメ 醤油・酢 麦茶	絵皿 小皿
30 月	メンチカツ マカロニサラダ ロールパン コーンスープ 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 	●メンチカツ(→ハムカツ) 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	中濃ソース 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469Kcal	タンパク質15.9g
	脂質15.8g	カルシウム205mg

