



2023年 2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)> *そばのに入った食材は使用していません。

今月の旬の食材は 2/15(水)大根とツナの和え物です。

*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	アジの旨煮 小松菜ともやしのごま和え 恵方巻 花麩のすまし汁 いりこ	砂糖 白ごま 米(国産) 花麩	あじ ウィンナー いりこ	しょうが 小松菜・緑豆もやし きゅうり・人参・焼きのり わかめ・えのきたけ	ウスターソース・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし 塩・だし だし・醤油・塩 麦茶	絵皿 椀
3 金	醤油ラーメン ちくわの磯辺揚げ 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・白菜・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
6 月	クルルのおさつクリームシチュー チキンナゲット グリーンサラダ ロールパン 牛乳・いりこ	さつまいも・油・マカロニ 油 マヨネースタイプ(卵不使用) ロールパン	鶏肉・牛乳 ●チキンナゲット (→ハムカツ) 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・グリーンピース ブロッコリー・さやいんげん・キャベツ	クリームシチューミックス 青じそドレッシング	丼 絵皿
8 水	麻婆丼 ほうれん草のおかか和え 中華スープ フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 春雨	豆腐・豚ひき肉・みそ かつお節 牛乳・いりこ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・グリーンピース ほうれん草・緑豆もやし 人参・わかめ オレンジ	醤油・料理酒・丸鶏がらスープ 醤油・本みりん・だし 丸鶏がらスープ 麦茶	丼 小皿 椀
9 木	トンカツ 切干大根サラダ 麦入りごはん 具だくさん味噌汁 牛乳・いりこ	油 米(国産)・押麦 じゃが芋	トンカツ ちくわ 合わせみそ 牛乳・いりこ	切干大根・人参・ブロッコリー 白菜・玉ねぎ・わかめ	中濃ソース 青じそドレッシング だし 麦茶	絵皿 椀
★ 13 月	スパゲティミートソース キャベツのサラダ ハートのコロッケ スープ ココアワッフル 牛乳・いりこ	スパゲティ・オリーブ油・油・砂糖 砂糖・オリーブ油 ハートのミートコロッケ・油 ●ココアワッフル (→ミニゼリー)	豚ひき肉・大豆ミンチ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・ドライパセリ キャベツ・人参・コーン 白菜・小松菜	赤ワイン(料理用)・醤油・塩・ トマトケチャップ・ウスターソース 酢・塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
 15 水	焼きキン南蛮 大根とツナの和え物 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	でん粉・油・砂糖・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 おつゆ麩	鶏肉 ツナフレーク 合わせみそ 牛乳・いりこ	にんにく・玉ねぎ・きゅうり 人参・大根・さやいんげん 小松菜 りんご	塩・料理酒・酢・醤油 醤油・本みりん・だし だし 麦茶	絵皿 椀
16 木	照焼ミートボール ブロッコリーサラダ 麦入りごはん 具だくさん味噌汁 牛乳・かみかみこんぶ	油・砂糖・でん粉 米(国産)・押麦 さつまいも	チキンボール さつまいも揚げ 合わせみそ 牛乳	ブロッコリー・コーン 人参・玉ねぎ・わかめ かみかみこんぶ	醤油・本みりん・料理酒 おろし醤油ドレッシング だし 麦茶	絵皿 椀
22 水	鶏肉とこのこの和風カレーライス ポテトサラダ ぶどうかん 牛乳・いりこ	米(国産)・油 じゃが芋・マヨネースタイプ(卵不使用) 砂糖	鶏肉 牛乳・いりこ	大根・人参・しめじ・エリンギ・えのきたけ きゅうり・玉ねぎ 寒天・ぶどうジュース	だし・カレーフレーク 塩 麦茶	絵皿 小皿
24 金	セルフバーガー ポテトフライ 具だくさんスープ 牛乳・いりこ	ダブルパンズ・油・砂糖 ポテトフライ・油 	ハンバーグ 牛乳・いりこ	キャベツ あおさのり 人参・玉ねぎ・小松菜・コーン	チキンコンソメ・トマトケチャップ・中濃ソース 塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
28 火	チキンとポテトのケチャップスープ煮 コールスローサラダ ハムカツ ロールパン 牛乳・いりこ	じゃが芋・マカロニ・油・砂糖 マヨネースタイプ(卵不使用)・砂糖 油 ロールパン	鶏肉 ハムカツ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・グリーンピース キャベツ・コーン・人参	チキンコンソメ・トマトケチャップ・中濃ソース・醤油 酢・塩	丼 絵皿

*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479Kcal	タンパク質17.7g
	脂質16.1g	カルシウム206mg

