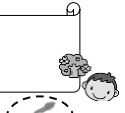


2023年 4月 段上幼稚園メニュー（こじかクラブ）



平均栄養価	エネルギー460Kcal 脂質14.4g	タンパク質17.3g カルシウム214mg
-------	-------------------------	--------------------------

<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、4/6(木)和風サラダは入っているグリーンアスパラガスです。

★の日はお楽しみメニュー

*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。

日付	曜日	献立名	材 料			
			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
3月		チキンボールの甘酢炒め 小松菜とキャベツの梅風味和え ブロッコリーの洋風浸し 麦入りごはん フルーツ（りんご） 牛乳・いりこ・お茶	油・砂糖・でん粉	チキンボール	玉ねぎ 小松菜・キャベツ・練り梅 ブロッコリー・人参	酢・醤油・ トマトケチャップ・ 丸鶏がらスープ 醤油・本みりん・だし チキンコンソメ
4火		三色ごはん じゃこ大豆 かぼちゃの旨煮 スパゲティサラダ ミニゼリー 牛乳・いりこ・お茶	米(国産)・油・砂糖 油・砂糖 スパゲティ・ マヨネースタイプ (卵不使用) 一口ゼリー	鶏ひき肉・大豆ミンチ いりこ・大豆	コーン・さやいんげん かぼちゃ 玉ねぎ・人参・ドライパセリ	醤油・本みりん・塩・だし 醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし 塩 麦茶
5水		豚肉と根菜の煮物 揚さつま芋 ちくわとキャベツの酢の物 麦入りごはん フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ・お茶	砂糖 さつま芋・油 砂糖 米(国産)・押麦	豚肉	大根・人参・玉ねぎ・グリーンピース キャベツ バナナ	だし・醤油・本みりん・料理酒 塩 酢・醤油 麦茶
6木		アジのつけ焼 和風サラダ マロニーの甘酢和え 蒸かぼちゃ 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	砂糖・油 マロニー・調合ごま油・砂糖 油 米(国産)・押麦	あじ	グリーンアスパラガス・白菜・人参 きゅうり・コーン かぼちゃ	醤油・本みりん 青じそドレッシング 酢・醤油 塩 麦茶
7金		焼きチン南蛮 厚揚げ煮 ウィンナーとわかめのサラダ 麦入りごはん フルーツ（りんご） 牛乳・いりこ・お茶	でん粉・油・砂糖・ マヨネースタイプ (卵不使用) 砂糖 油・砂糖 米(国産)・押麦	鶏肉	にんにく・玉ねぎ・ドライパセリ わかめ・ブロッコリー・人参 りんご	塩・料理酒・酢・醤油 だし・醤油・料理酒 酢・醤油 麦茶
10月		牛肉コロッケ 小松菜とキャベツの和え物 切干大根の煮物 ブロッコリーの中華浸し 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	牛肉コロッケ・油 油・砂糖 米(国産)・押麦	ちくわ・油揚げ	小松菜・人参・キャベツ 切干大根・グリーンピース ブロッコリー	醤油・本みりん・だし だし・醤油・本みりん 醤油・丸鶏がらスープ 麦茶
11火		豚肉と野菜の ケチャップ炒め 高野豆腐の含め煮 おさつサラダ 麦入りごはん フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ・お茶	油・砂糖 砂糖 さつま芋・ マヨネースタイプ (卵不使用) 米(国産)・押麦	豚肉 凍り豆腐	玉ねぎ・人参・さやいんげん グリーンピース きゅうり オレンジ	トマトケチャップ・ 醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・料理酒 塩 麦茶

日付	曜日	献立名	材 料			
			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		サーモンマリネ 野菜マカロニソテー ウィンナーソテー ほうれん草ともやしの おかか和え 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・油・砂糖・オリーブ油 マカロニ・油 油 米(国産)・押麦	ピンクサーモン タコウィンナー かつお節	玉ねぎ・ピーマン 人参・キャベツ ほうれん草・緑豆もやし	酢・醤油 チキンコンソメ 塩 醤油・本みりん・だし 麦茶
13木		豆腐チャンプルー 小松菜の中華和え さつま揚げ炒め 麦入りごはん フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ・お茶	油・砂糖・調合ごま油・でん粉 油 米(国産)・押麦	豚肉・豆腐 さつま揚げ	緑豆もやし・キャベツ・ さやいんげん・コーン・ しょうが 小松菜・白菜 玉ねぎ バナナ	醤油・丸鶏がらスープ・ 料理酒・塩 醤油・本みりん・丸鶏がらスープ チキンコンソメ 麦茶
14金		鶏肉と大根のごま醤油煮 チンゲン菜ともやしの和え物 ポテトフライ 麦入りごはん フルーツ（りんご） 牛乳・いりこ・お茶	砂糖・白ごま 砂糖 ポテトフライ・油 米(国産)・押麦	鶏肉	大根・人参・グリーンピース 人参・チンゲン菜・緑豆もやし りんご	だし・醤油 醤油・塩 塩 麦茶
17月		ハンバーグ パンキンサラダ 白菜とわかめの和え物 ちくわの照焼 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	油 マヨネースタイプ(卵不使用) 砂糖・オリーブ油 油・砂糖 米(国産)・押麦	ハンバーグ	かぼちゃ・きゅうり 白菜・わかめ・人参	トマトケチャップ 塩 酢・塩 醤油・本みりん 麦茶
18火		サバの旨煮 野菜のソテー 厚揚げの青のり焼 麦入りごはん ミニゼリー 牛乳・いりこ・お茶	砂糖 油 油・砂糖 米(国産)・押麦 一口ゼリー	さば 生揚げ	しょうが ブロッコリー・人参・玉ねぎ あおさのり	ウスターソース・醤油・料理酒 チキンコンソメ 醤油・本みりん 麦茶
19水		鶏肉の唐揚げ ひじき煮 小松菜のごま和え 麦入りごはん フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・でん粉・油 油・砂糖 白ごま 米(国産)・押麦	鶏肉 油揚げ	しょうが ひじき・グリーンピース 小松菜・大根 バナナ	醤油・料理酒 だし・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし 麦茶
20木		アジの甘辛焼 キャベツとわかめの酢の物 がんもの煮物 麦入りごはん フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ・お茶	砂糖・油 砂糖 砂糖 米(国産)・押麦	あじ がんもどき	しょうが キャベツ・わかめ・きゅうり オレンジ	醤油・料理酒 酢・醤油 だし・醤油・本みりん 麦茶
27木	★	ミートコロッケ& チキンナゲット マカロニサラダ 大豆と昆布の煮物 麦入りごはん ココアワッフル 牛乳・いりこ・お茶	ハートのミートコロッケ・油 マカロニ・マヨネースタイプ(卵不使用) 砂糖 米(国産)・押麦 ●ココアワッフル (→ミニゼリー)	●チキンナゲット(→なし) 大豆	玉ねぎ・コーン・ドライパセリ 細切昆布・人参・グリーンピース	塩 だし・醤油・料理酒 麦茶



ご入園・ご進級おめでとうございます
今年度も子どもたちの笑顔を楽しみにしています！たのしい！
給食作りをしていますので、よろしくお願ひいたします。

