



2015年1月度 阪急幼稚園メニュー



<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。

日	曜日	献立名	材 料				食器	
			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	黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他		
9	金	ロールパン ハンバーグデミグラスソース 平天と野菜のソテー わかめスープ フルーツ 牛乳・いりこ	ハンバーグ 平天 牛乳・いりこ	トマトピューレ インゲン,玉ねぎ,コーン わかめ,白菜,人参 みかん【缶詰】	ロールパン 油 油 じゃが芋	ワイン,みりん デミグラスソース,ケチャップ,塩 中華だし ブイヨン【無添加】,塩	絵皿 椀	
12	月	成人の日						
13	火	カレーライス フレンチサラダ ぶどうかん 牛乳・いりこ	牛肉 ツナフレーク 牛乳・いりこ	玉ねぎ,人参 ブロッコリー,キャベツ 人参,コーン,グリーンピース 寒天,グレープジュース,	滋賀県産こしひかり,じゃが芋,油 砂糖	カレールー	絵皿 小皿	
15	木	麦ご飯 サケの焼南蛮 ひじきの煮物 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	サケ うす揚げ 味噌 牛乳・いりこ	玉ねぎ,ピーマン ひじき,人参,枝豆 かぼちゃ,太もやし,ほうれん草 バナナ	滋賀県産こしひかり,押麦 小麦粉,油,砂糖,ごま油 油,砂糖 麩	穀物酢,醤油 醤油,みりん,和風だし だし【無添加】	絵皿 椀	
19	月	ロールパン チーズグラタンカツ さつまいもサラダ 具だくさんスープ フルーツ 牛乳・いりこ	●チーズグラタンカツ(→鶏肉照焼) 牛乳・いりこ	胡瓜,レーズン わかめ,玉ねぎ,大根,人参,本しめじ,ほうれん草 みかん【缶詰】	ロールパン 油	塩 ブイヨン【無添加】,塩	絵皿 椀	
20	火	肉うどん もやしとちくわの青のり和え フルーツ 牛乳・いりこ	牛肉,うす揚げ ちくわ,あおさ粉 牛乳・いりこ	玉ねぎ,人参,青ねぎ,だし昆布 太もやし,インゲン,コーン りんご	うどん,砂糖	酒,みりん,醤油,和風だし,うどんだし 醤油,みりん,和風だし	井 小皿	
22	木	かぶの葉入りわかめご飯 サバのごま醤油煮 かぶらの甘酢和え かき玉汁 フルーツ 牛乳・いりこ	サバ ●卵(→卵なし) 牛乳・いりこ	かぶらの葉,炊込わかめ 土生姜 かぶら,胡瓜,人参 玉ねぎ,小松菜,えのき オレンジ	滋賀県産こしひかり 砂糖,白ごま 砂糖	醤油,酒,和風だし 穀物酢,醤油 だし【無添加】,醤油,みりん,塩	絵皿 椀	
26	月	ロールパン ビーフシチュー マカロニサラダ フルーツポンチ 牛乳・いりこ	牛肉 牛乳・いりこ	人参,玉ねぎ,トマトピューレ,グリーンピース キャベツ,コーン,ブロッコリー パイン【缶詰】,バナナ,みかん【缶詰】,寒天	ロールパン じゃが芋,油 マカロニ,●マヨネーズ(→酢・砂糖・塩) 砂糖	ビーフシチューの素,ケチャップ,塩 塩	絵皿 椀	
★	27	火	子キンピラフ 牛肉コロッケ 卵入り野菜炒め スープ ミニマフィン【いちご】 牛乳・いりこ	鶏肉 ●卵(→コーン) 牛乳・いりこ	玉ねぎ,人参,マッシュルーム,枝豆 太もやし,人参,ピーマン ほうれん草,わかめ,かぼちゃ	滋賀県産こしひかり,油 油,●牛肉コロッケ(→牛肉玉ねぎ炒め物) 油,砂糖 ●ミニいちごマフィン(→リンゴゼリー)	コンソメ,塩 醤油,酒 ブイヨン【無添加】,塩	絵皿 椀
29	木	麦ご飯 豚肉と根菜の煮物 白菜とえのきのおかか和え 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	豚肉 花かつお うす揚げ,味噌 牛乳・いりこ	大根,玉ねぎ,人参 白菜,水菜,えのき 青ねぎ 黄桃【缶詰】	滋賀県産こしひかり,押麦 コンニャク,油,砂糖 そうめん	醤油,酒,みりん,和風だし 醤油,みりん,和風だし だし【無添加】	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。

栄養素	エネルギー	蛋白質	脂質	カルシウム
平均栄養価	469 kcal	15.5 g	16.4 g	182 mg

