










2021年 6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。

*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

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	火	アジの煮付け ごぼうサラダ わかめごはん すまし汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	砂糖 砂糖・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	あじ  牛乳・いりこ	しょうが ごぼう・人参・きゅうり・コーン わかめご飯の素 ほうれん草・えのきたけ オレンジ	醤油・料理酒・だし だし・醤油・塩 だし・醤油・塩	絵皿 椀
3	木	焼子キン南蛮 昆布イリチー 麦入りごはん 味噌汁 牛乳・いりこ	でん粉・油・砂糖・マヨネースタイプ(卵不使用) 油・砂糖 米(国産)・押麦 おつゆ麩	鶏肉 油揚げ 合わせみそ 牛乳・いりこ	にんにく・玉ねぎ・きゅうり 細切昆布・切干大根 干しいたけ・人参・さやいんげん 小松菜	塩・料理酒・酢・醤油 醤油・本みりん・だし だし	絵皿 椀
7	月	牛肉コロッケ キャベツの和風サラダ ロールパン ポトフ風スープ 牛乳・いりこ	牛肉コロッケ・油 砂糖・オリーブ油 ロールパン 	豚肉 牛乳・いりこ	キャベツ・ほうれん草・人参 大根・玉ねぎ・ブロッコリー	酢・醤油 チキンコンソメ・塩	絵皿 椀
8	火	味噌ラーメン オニオンフライ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	ラーメン・油 油 	豚肉・合わせみそ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・キャベツ 小松菜・にんにく・しょうが オニオンリングフライ バナナ	醤油・鶏がらスープ・塩	丼 小皿
10	木	カレーライス ツナと胡瓜のサラダ りんごゼリー 牛乳・いりこ	米(国産)・じゃが芋・油 りんごゼリー	牛肉 ツナフレーク 牛乳・いりこ 	にんにく・しょうが・玉ねぎ・人参 きゅうり・コーン・キャベツ	カレーフレーク・トマトケチャップ・ウスターソース 玉ねぎドレッシング	絵皿 小皿
14	月	照焼ハンバーグ ポテトサラダ 麦入りごはん 具だくさん味噌汁 スープ 牛乳・いりこ	油・砂糖・でん粉 じゃが芋・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 じゃが芋	ハンバーグ 油揚げ・合わせみそ 牛乳・いりこ	きゅうり・人参・玉ねぎ 白菜・小松菜 コーン・小松菜	醤油・本みりん・料理酒 塩 だし チキンコンソメ	絵皿 椀
15	火	麻婆丼 ナムル わかめスープ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖・ごま油	豆腐・鶏ひき肉 大豆ミンチ・合わせみそ 牛乳・いりこ 	しょうが・玉ねぎ 干しいたけ・グリーンピース 大根・緑豆もやし 人参・さやいんげん・にんにく コーン・わかめ バナナ	醤油・料理酒・鶏がらスープ 醤油・塩 鶏がらスープ	丼 小皿 椀
17	木	★ マーマレードチキン マカロニサラダ 麦入りごはん スープ ももゼリー 牛乳・いりこ	小麦粉・油・マーマレード マカロニ・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 ももゼリー	鶏肉 ちくわ 牛乳・いりこ	しょうが きゅうり・人参 ブロッコリー・緑豆もやし	塩・醤油・本みりん 塩 チキンコンソメ 	絵皿 椀
21	月	トンカツ 切干大根サラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	油 砂糖・調ごま油 ロールパン 	●トンカツ(→ハムカツ) 牛乳・いりこ	切干大根・人参・さやいんげん・白菜 コーン・玉ねぎ	中濃ソース 醤油・酢・本みりん チキンコンソメ	絵皿 椀
22	火	スペイン風オムレツ しらすと大根のサラダ 菜飯ごはん スープ フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	じゃが芋・油 米(国産)・押麦	●卵(→なし)・低脂肪乳 粉チーズ・ウインナー しらす 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 大根・オクラ 菜めしの素 ブロッコリー・キャベツ オレンジ	塩・チキンコンソメ・トマトケチャップ 青じそドレッシング チキンコンソメ	絵皿 椀
24	木	サバの塩こうじ焼 いんげん豆ともやしのお浸し 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	油 米(国産)・押麦	さば 合わせみそ 牛乳・いりこ 	さやいんげん・緑豆もやし・人参 玉ねぎ・わかめ オレンジ	塩こうじ 醤油・本みりん・だし だし	絵皿 椀
28	月	ミートボールバーベキュー風 マセドアンサラダ 麦入りごはん 豆乳スープ 牛乳・いりこ	油・砂糖 さつま芋・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 でん粉	チキンボール ウインナー 豆乳 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ コーン・ブロッコリー	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 チキンコンソメ	絵皿 椀
29	火	豚五目うどん ちくわの磯辺揚 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	うどん 小麦粉・油 	豚肉 ちくわ 牛乳・いりこ	白菜・えのきたけ・人参・ほうれん草 あおさのり バナナ	だし・白だし	丼 小皿

*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483Kcal	たんぱく質17.3g
	脂質16.4g	カルシウム209mg

