

2016年度 7月 いるか幼稚園メニュー



<アレルギー表示 ■小麦,●卵,▲牛乳,★パイナップル,◎カカウリ,☆えび,◎かに,②いか,③いくら,④さけ,⑤さば,⑥やまいも,⑦ごま,◆チッツ>  
※そば・落花生の入った食材は使用しておりません。

\*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				その他
		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 金	七夕ちらし サバの旨煮 キャベツのおかか和え 天の川にゆうめん 七夕キウキウ寒天 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・砂糖 砂糖 砂糖 ■そうめん ■しそそうめん・抹茶そうめん 砂糖	●/■/◎カニ風味かまぼこ・●/■鰹糸卵 ⑨サバ かつお節 ▲牛乳・いりこ	人参・オクラ おろし生姜 キャベツ・ほうれん草 青葱 寒天・パイナップル(缶詰)	穀物酢・塩・醤油・みりん・出し ウスターソース・醤油・酒 醤油・出し 出し・醤油・塩	
4 月	麦入りごはん 鶏肉の唐揚げ 春雨サラダ 味噌汁 牛乳・いりこ フルーツ(オレシジ)	滋賀県産こしひかり・押麦 ■小麦粉・片栗粉・油 春雨・⑨調合ごま油・砂糖 ■麩	鶏肉 合わせ麦みそ ▲牛乳・いりこ	おろし生姜 ブロッコリー・人参・コーン わかめ・白菜 オレシジ	醤油・酒 醤油・穀物酢・みりん 出し	
5 火	麦入りごはん ハンバーグ野菜トマトソース マカロニサラダ スーヴ もちゼリー 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・押麦 油 ■ツインストマカロニ・●マヨネーズ 白桃ゼリー	▲/■ハンバーグ ▲牛乳・いりこ	茄子・ピーマン・カットトマト 胡瓜・人参・玉ねぎ 大根・コーン	■チキンコンソメ・ケチャップ 塩 ■チキンコンソメ	

★の日はお楽しみメニュー  
\*材料の割合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承ください。

平均栄養価	エネルギー506Kcal	タンパク質19.6g
	脂質15.8g	カルシウム195mg

