

2017年度 1月 いるか幼稚園メニュー

*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			
		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
13 金	カレーライス 切干大根サラダ ぶどうかん 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 砂糖・調合ごま油 砂糖	牛肉 ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 切干大根・胡瓜 寒天・ぶどうジュース	カレーフレーク ケチャップ・ウスターソース 醤油・穀物酢・みりん 麦茶
16 月	あずきときのこのおこわ サケの煮付け 白菜の塩昆布和え すまし汁 フルーツ（りんご） 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・もち米 砂糖 花麩 	小豆・うす揚げ サケ 牛乳・いりこ	しめじ・干しいたけ 白菜・小松菜・人参・塩昆布 大根・青葱 りんご	醤油・みりん・酒・だし 醤油・酒・だし だし・醤油・塩 麦茶
17 火	麦入りごはん 揚げ鶏のレモン醤油がらめ ひじき煮豆 味噌汁 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・押麦 小麦粉・片栗粉・油・砂糖 油・砂糖	鶏肉 水煮大豆・うす揚げ 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	レモン果汁 人参・グリーンピース 大根・もやし・青葱	塩・穀物酢・醤油・みりん ひじき・だし・醤油・酒 だし 麦茶
20 金	麦入りごはん 豚肉と野菜の ケチャップ炒め 中華ポテト 味噌汁 フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・押麦 油・砂糖 さつまいも・油・砂糖 	豚肉 うす揚げ・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・キャベツ 人参・ピーマン ほうれん草・青葱 オレンジ	ケチャップ・醤油・みりん・酒 醤油 だし 麦茶 
23 月	ロールパン ハンバーグトマトソース マカロニサラダ スープ 牛乳・いりこ	ロールパン 油 ツイストマカロニ・マヨネーズ	ハンバーグ 牛乳・いりこ	しめじ・玉ねぎ・トマト 胡瓜・人参・キャベツ 大根・ワカメ・コーン	ケチャップ 塩 チキンコンソメ 麦茶
24 火	麻婆丼 じゃが芋の中華サラダ 中華スープ フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・油 砂糖・片栗粉 じゃが芋・砂糖・調合ごま油	豆腐・合ミンチ・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	おろし生姜・玉ねぎ 人参・干しいたけ コーン・ワカメ キャベツ・もやし・青葱 バナナ	醤油・酒・鶏がらスープ 醤油・穀物酢・みりん 鶏がらスープ 麦茶
★ 27 金	洋風そぼろ寿司 ブロッコリー洋風煮 かき玉汁 ミニフィナンシェ 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・砂糖・油 フィナンシェ	鶏ミンチ・ロースハム 卵  牛乳・いりこ	干しいたけ・人参・胡瓜・コーン ブロッコリー・人参 しめじ・青葱	穀物酢・塩・醤油・みりん・だし チキンコンソメ だし・醤油・塩 麦茶
30 月	ロールパン ミンチカツ マロニーサラダ スープ 牛乳・いりこ	ロールパン 油 マロニー・油・砂糖	ミンチカツ  牛乳・いりこ	ブロッコリー・人参 白菜・玉ねぎ・ほうれん草	醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ 麦茶
31 火	ほうとう風うどん ちくわの磯辺揚 フルーツ（みかん） 牛乳・いりこ	うどん 小麦粉・油	豚肉・合わせ麦みそ ちくわ 牛乳・いりこ	かぼちゃ・大根・干しいたけ ごぼう・青葱・だし昆布 あおさのり みかん	だし・醤油・酒 麦茶

★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。

平均栄養価	エネルギー468Kcal	タンパク質16.8g
	脂質15.0g	カルシウム202mg

