



2013年12月度 段上幼稚園メニュー

<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	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・薬類・くだもの類	黄◇ 力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他	
2	月	ロールパン クリームシチュー ひよこ豆のサラダ フルーツ 牛乳・いりこ	鶏肉・牛乳 ひよこ豆・ツナフレーク 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・グリーンピース イエローピーマン・レッドピーマン・ブロッコリー パイン【缶詰】	丸ロールパン じゃが芋・油 ●マヨネーズ(→ゆず香油・ドレッシング)	クリームシチューの素 塩	絵皿 椀
★	4 水	キャロットピラフ エビフライ&お楽しみポテト キャベツサラダ スープ クリスマスデザート 牛乳・いりこ・お茶	豚ミンチ ●エビフライ(→チキンソテー)  牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・人参ピューレ・むき枝豆 キャベツ・胡瓜・コーン・わかめ・レモン果汁 かぼちゃ・ほうれん草・えのき	滋賀県産こしひかり・油 ●おたのしみポテト(→ポテトフライ) 油 砂糖・オリーブ油 クリスマスゼリー 麦茶	コンソメ・塩 穀物酢・塩・醤油 ブイヨン【無添加】・塩 	絵皿 椀
6	金	麦ご飯 サバの蒲焼風 ナムル 異だくさん味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	サバ 豆腐・味噌 牛乳・いりこ	土生姜 小松菜・人参・太もやし・にんにく 玉ねぎ・大根・青ねぎ 黄桃【缶詰】	滋賀県産こしひかり・押麦 片栗粉・油・砂糖・片栗粉 白ごま・砂糖・ごま油 コンニャク 麦茶	酒・醤油・みりん 醤油・塩 だし【無添加】	絵皿 椀
9	月	野菜たっぷり味噌ラーメン フルーツポンチ 牛乳・いりこ・お茶	豚肉・かまぼこ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・キャベツ・人参・コーン・キヌサヤ みかん【缶詰】・バナナ・りんご・寒天	中華麺・油 砂糖 麦茶	ブイヨン【無添加】・塩 味噌ラーメンスープの素	丼 椀
11	水	麦ご飯 肉じゃが 千切大根とわかめの酢の物 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	牛肉・牛肉 ちりめんじゃこ うす揚げ・味噌 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・グリーンピース 千切大根・わかめ・胡瓜 白菜・青ねぎ オレンジ 	滋賀県産こしひかり・押麦 じゃが芋・コンニャク・油・砂糖 砂糖 麦茶	醤油・酒・みりん・和風だし 穀物酢・醤油 だし【無添加】	絵皿 椀
13	金	高野豆腐のそぼろ丼 ちくわの磯辺揚げ 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	豚ミンチ・高野豆腐 ちくわ 味噌 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・干しいたけ・土生姜・むき枝豆 青のり粉 ほうれん草 パイン【缶詰】	滋賀県産こしひかり・油・砂糖・片栗粉 小麦粉・油 そうめん 麦茶 	酒・醤油・だし【無添加】 だし【無添加】	丼 椀 小皿
16	月	お雑煮 あべかわ餅 エビの旨煮 栗きんとん 黒豆 いりこ(ごまめ) お茶	鶏肉・●白かまぼこ(→かまぼこなし) きな粉 有精エビ 黒豆 いりこ	大根・白菜・人参・みつば・ゆず 	もち・里芋 もち米・砂糖 砂糖 栗きんとん 砂糖 麦茶	だし【無添加】・醤油・みりん・塩 塩 みりん・醤油・酒・塩・和風だし みりん・醤油	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	466 kcal	16.7 g	13.2 g	176 mg

