



2014年2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・藻類・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	
3	月	ちゃんぽん 蒸しシューマイ 白菜の中華和え キャンディーチーズ 牛乳・いりこ・お茶	豚肉、かまぼこ ●シューマイ(→ポテトフライ) キャンディーチーズ 牛乳、いりこ	キャベツ、玉ねぎ、コーン、ピーマン 白菜、ほうれん草、人参	中華麺、油 ごま油 麦茶	塩、中華だし、豚骨ラーメンスープの素 醤油、みりん、和風だし	丼 小皿
5	水	福豆ご飯 牛肉と根菜の煮物 もやしとチンゲン菜のおかか和え 味噌汁 きなこボーロ福豆 牛乳・いりこ・お茶	水煮大豆 牛肉 ●かき揚げ(→かき揚げなし)、おかつお 味噌 牛乳、いりこ	大根、人参、れんこん、グリーンピース 太もやし、チンゲンサイ、えのき わかめ、青ねぎ	滋賀県産こしひかり コンニャク、油、砂糖 そうめん ●きなこボーロ福豆(→福豆) 麦茶	醤油、みりん、酒、和風だし 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
7	金	麦ご飯 鶏肉のカレー竜田揚げ 白菜のさっぱり和え 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	鶏肉 ちくわ 豆腐、味噌 牛乳、いりこ	白菜、水菜、人参 玉ねぎ、小松菜 オレンジ	滋賀県産こしひかり、押麦 砂糖、小麦粉、片栗粉、油 砂糖 麦茶	醤油、酒、和風だし、カレー粉 穀物酢、醤油、みりん だし(無添加)	絵皿 椀
10	月	ロールパン クリームシチュー ツナサラダ フルーツヨーグルト 牛乳・いりこ	鶏肉、牛乳 ツナフレーク ヨーグルト 牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、むき枝豆 キャベツ、コーン、胡瓜 みかん(缶詰)、黄桃(缶詰) りんご	丸ロールパン じゃが芋、油 砂糖	クリームシチューの素 青じそドレッシング	絵皿 椀
12	水	麦ご飯 白身魚のマヨネーズ焼 ウインナーと野菜のソテー スープ フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	ホキ ●ウインナー(→ウインナーなし) 牛乳、いりこ	パセリ 玉ねぎ、小松菜、人参 大根、かぼちゃ、ほうれん草 パイン(缶詰)	滋賀県産こしひかり、押麦 小麦粉、油、●マヨネーズ(→マヨネーズなし) 油 麦茶	塩 コンソメ ブイヨン(無添加)、塩	絵皿 椀
★	木	スパゲティミートソース カニコロッケ ブロッコリーサラダ わかめスープ ミニハートのクッキー 牛乳・いりこ・お茶	合ミンチ ちくわ 牛乳、いりこ	玉ねぎ、ピーマン、にんにく、トマトピューレ グリーンピース ブロッコリー、人参、コーン わかめ、太もやし、えのき、青ねぎ	スパゲティ、オリーブ油、小麦粉 砂糖 カニコロッケ、油 ●フレンチドレッシング(→だし・醤油・味噌) ミニハートのクッキー 麦茶	ワイン、ケチャップ、マスターソース 醤油、塩 ブイヨン(無添加)、塩	絵皿 椀
18	火	ロールパン 煮込みハンバーグ 平天と野菜のソテー スープ フルーツ 牛乳・いりこ	ハンバーグ 平天 牛乳、いりこ	玉ねぎ キャベツ、人参、ピーマン、えのき ブロッコリー、コーン 黄桃(缶詰)	ロールパン 油 油 じゃが芋	ビーフシチューの素、ケチャップ コンソメ コンソメ ブイヨン(無添加)、塩	絵皿 椀
19	水	麦ご飯 おでん風煮込み もやしとインゲンのごま和え 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	牛乳、●うずら卵(→うずら卵なし)、厚揚げ、ちくわ ●ロースハム(→ハムなし) 味噌 牛乳、いりこ	大根、人参 太もやし、インゲン 玉ねぎ、小松菜 バナナ	滋賀県産こしひかり、押麦 コンニャク、砂糖 ごま和えの素 麩 麦茶	醤油、みりん、和風だし、塩 醤油 だし(無添加)	絵皿 椀
21	金	ポークカレー チーズ入りコーンサラダ パインかん 牛乳・いりこ・お茶	豚肉 チーズ 牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参 コーン、ブロッコリー、キャベツ 寒天、パイン(缶詰)	滋賀県産こしひかり、じゃが芋、油 ●フレンチドレッシング(→だし・醤油・味噌) パイナップルジュース、砂糖 麦茶	カレールー	絵皿 小皿
24	月	ロールパン 鶏肉のハニージンジャーソース マカロニのケチャップソテー わかめスープ フルーツ 牛乳・いりこ	鶏肉 合ミンチ ●卵(→卵なし) 牛乳、いりこ	レモン果汁、土生薬 玉ねぎ、人参、ピーマン わかめ、大根、ほうれん草 みかん(缶詰)	丸ロールパン 小麦粉、油、はちみつ マカロニ、油	塩、醤油 ケチャップ、塩、コンソメ ブイヨン(無添加)、塩	絵皿 椀
26	水	麦ご飯 サバの塩焼 青切昆布のそばろ煮 かき玉汁 フルーツ 牛乳・いりこ	サバ 合ミンチ ●卵(→卵なし) 牛乳、いりこ	青切昆布、人参、コーン、グリーンピース 玉ねぎ、水菜、えのき 黄桃(缶詰)	滋賀県産こしひかり、押麦 油 コンニャク、砂糖	塩 みりん、醤油、和風だし だし(無添加)、醤油、みりん、塩	絵皿 椀
28	金	ほうとう風うどん ちくわの磯辺揚げ フルーツ 牛乳・いりこ	豚肉、味噌 ちくわ 牛乳、いりこ	かぼちゃ、大根、玉ねぎ、人参、干しいたけ、だし昆布 ほうれん草 青のり粉 バナナ	うどん、油 小麦粉、油	醤油、酒、和風だし	丼 小皿

★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	17.7 g	16.3 g	192 mg

