



2014年10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おりません。

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◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他	
3	金	チャンポン ツナとまよしの中華和え フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	豚肉、かまぼこ ツナフレーク 牛乳、いりこ	キャベツ、玉ねぎ、人参 太もやし、小松菜、コーン バナナ	中華麺、泊 白ごま、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
6	月	麦ご飯 鶏肉のバーベキューソース 平天と野菜のソテー 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	鶏肉 平天 味噌 牛乳、いりこ	玉ねぎ、インゲン、人参、イエローピーマン 大根、わかめ、青ねぎ 黄桃〔缶詰〕	滋賀県産キヌヒカリ、押麦 小麦粉、油、砂糖、片栗粉 油 じゃが芋 麦茶	塩、ワイン、ウスターソース、ケチャップ 醤油、コンソメ 中華だし だし〔無添加〕	絵皿 碗
★ 8	水	ウインナーピラフ ミンチカツ キャベツサラダ スープ かぼちゃプリン 牛乳・いりこ・お茶	●ウインナー(→ウインナーなし) メンチカツ ●カニ風味かまぼこ(→カニかまなし) 牛乳 牛乳、いりこ	玉ねぎ、コーン、グリーンピース キャベツ、胡瓜、人参、レモン果汁 太もやし、ブロッコリー、人参、えのき かぼちゃピューレ、寒天	滋賀県産キヌヒカリ、油 油 砂糖、オリーブ油 やわらかプリンの素 麦茶	コンソメ、塩 穀物酢、塩、醤油 ブイヨン〔無添加〕、塩	絵皿 碗
9	木	ロールパン 豚肉のオイスターソース炒め コーンポテト スープ フルーツ 牛乳・いりこ	豚肉 牛乳 牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、ピーマン コーン、パセリ 白菜、ほうれん草、本しめじ みかん〔缶詰〕	ロールパン 油 じゃが芋、バター	オイスターソース、醤油、酒 コンソメ、塩 ブイヨン〔無添加〕、塩	絵皿 碗
13	月	休 育 の 日					
15	水	夕焼けご飯 アジの蒲焼風 チンゲンサイの薬種和え 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	アジ ●卵(→卵なし・コーン) 味噌 牛乳、いりこ	人参、人参ピューレ 生薑 チンゲンサイ、太もやし 玉ねぎ、白菜、わかめ パイン〔缶詰〕	滋賀県産キヌヒカリ 片栗粉、油、砂糖 油 さつま芋 麦茶	醤油、みりん、和風だし 酒、醤油、みりん 醤油、みりん、和風だし だし〔無添加〕	絵皿 碗
17	金	きつね丼 柿なます 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	豚肉、薄揚げ、かまぼこ、●卵(→卵なし) ●ロースハム(→ハムなし) 味噌 牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、干しいたけ、グリーンピース、細切りの 大根、胡瓜、柿 ほうれん草、えのき オレンジ	滋賀県産キヌヒカリ、砂糖、片栗粉 砂糖 そうめん 麦茶	和風だし、醤油、みりん 穀物酢、醤油 だし〔無添加〕	絵皿 碗
20	月	五目うどん ちくわのカレーフリッター フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	豚肉、薄揚げ ちくわ 牛乳、いりこ	白菜、玉ねぎ、人参、ごぼう、干しいたけ、青ねぎ だし昆布 黄桃〔缶詰〕	うどん ●ころも揚げ粉(→小麦粉)、小麦粉、油 麦茶	うどんだし カレー粉	丼 小皿
22	水	麦ご飯 肉豆腐 もやしと胡瓜の揚げかか和え 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	焼豆腐、牛肉 花かつお 味噌 牛乳、いりこ	玉ねぎ、グリーンピース 太もやし、胡瓜、人参 かぼちゃ、大根 りんご	滋賀県産キヌヒカリ、押麦 コンニャク、砂糖 麩 麦茶	酒、みりん、醤油、和風だし 練梅、醤油、みりん、和風だし だし〔無添加〕	絵皿 碗
27	月	ロールパン 牛肉コロッケ マカロニサラダ スープ フルーツ 牛乳・いりこ	●ロースハム(→ハムなし) 牛乳、いりこ	コーン、ブロッコリー、人参 玉ねぎ、ほうれん草、人参、わかめ みかん〔缶詰〕	丸ロールパン ●牛肉コロッケ(→チキンチャップ)、油 マカロニ、●マヨネーズ(→酢・砂糖・塩)	塩 ブイヨン〔無添加〕、塩	絵皿 碗
29	水	鶏きのこおこわ サバの塩焼 小松菜のみぞれ和え かき玉汁 フルーツ 牛乳・いりこ	鶏ミンチ、うす揚げ サバ ●卵(→卵なし) 牛乳、いりこ	本しめじ、えのき、まいたけ、インゲン 小松菜、人参、大根おろし 白菜、人参、青ねぎ パイン〔缶詰〕	滋賀県産キヌヒカリ、もち米 油 油	醤油、みりん、酒、和風だし 塩 醤油、みりん、和風だし だし〔無添加〕、醤油、みりん、塩	絵皿 碗
31	金	コーンライス ベーコン入りパンブキンシチュー ツナとキャベツのソテー フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	●ベーコン(→鶏肉)、牛乳 ツナフレーク 牛乳、いりこ	コーン かぼちゃ、玉ねぎ、人参、グリーンピース キャベツ、人参、チンゲンサイ、イエローピーマン バナナ	滋賀県産キヌヒカリ 油 油 麦茶	コンソメ、塩 クリームシチューの素 コンソメ	絵皿 碗

★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	475 kcal	17.0 g	14.5 g	191 mg

《お知らせ》

10/1(水)~31(金)の1か月間限定で、
一富士指定米(滋賀県産キヌヒカリ)を使用します。

