



2015年1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	曜日	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◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他	
9	金	麦ご飯 ハンバーグデミグラスソース 平天と野菜のソテー わかめスープ フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	ハンバーグ 平天 牛乳・いりこ	トマトピューレ インゲン、玉ねぎ、コーン わかめ、白菜、人参 みかん【缶詰】	滋賀県産こしひかり、押麦油 油 じゃが芋	ワイン、みりん デミグラスソース、ケチャップ、塩 中華だし ブイヨン【無添加】、塩	絵皿 椀
12	月	成人の日					
13	火	ロールパン 卵サラダコロケ フレンチサラダ スープ フルーツ 牛乳・いりこ	ツナフレーク 牛乳・いりこ	ブロッコリー、キャベツ 人参、コーン、グリーンピース かぼちゃ、白菜、わかめ パイン【缶詰】	ロールパン 卵サラダコロケ(→デミグラスソース、油) 卵 ●フレンチドレッシング(→オリーブオイル、塩、酢) 麦茶	ブイヨン【無添加】、塩	絵皿 椀
14	水	麦ご飯 サケの焼南蛮 小松菜ともやしの菜種和え 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	サケ ●卵(→卵なし) 味噌 牛乳・いりこ	玉ねぎ、人参、ピーマン 小松菜、太もやし 大根、ほうれん草 オレンジ	滋賀県産こしひかり、押麦 小麦粉、油、砂糖 ごま油 麩 麦茶	穀物酢、醤油 醤油、みりん、和風だし だし【無添加】	絵皿 椀
16	金	カレーライス コーンサラダ ぶどうかん 牛乳・いりこ・お茶	牛肉 ●カニ・塩味が濃く(→カニ風味が濃く) 牛乳・いりこ	玉ねぎ、人参 コーン、キャベツ、人参 寒天、グレープジュース	滋賀県産こしひかり、じゃが芋、油 香ごまドレッシング 砂糖 麦茶	カレールー	絵皿 小皿
19	月	ロールパン チーズグラタンカツ さつまいもサラダ 具だくさんスープ フルーツ 牛乳・いりこ	●チーズグラタンカツ(→鶏肉、塩) 牛乳・いりこ	胡瓜、レーズン わかめ、玉ねぎ、大根、人参、本しめじ、ほうれん草 みかん【缶詰】	ロールパン 油 かぼちゃ、じゃが芋、オリーブオイル、塩、酢	塩 ブイヨン【無添加】、塩	絵皿 椀
21	水	肉うどん 白菜とちくわの青のり和え フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	牛肉、うす揚げ ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ、人参、青ねぎ、だし昆布 白菜、インゲン、コーン、あおさ粉 りんご	うどん、砂糖 麦茶	酒、みりん、醤油、和風だし、うどんだし 醤油、みりん、和風だし	丼 小皿
23	金	麦ご飯 豚肉と厚揚げの信州煮 胡瓜とわかめの酢の物 かき玉汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	豚肉、厚揚げ、味噌 ●卵(→麩) 牛乳・いりこ	大根、人参 胡瓜、太もやし、わかめ、コーン 玉ねぎ、小松菜、えのき 黄桃【缶詰】	滋賀県産こしひかり、押麦 コンニャク、油、砂糖 砂糖 麦茶	みりん、和風だし 穀物酢、醤油 だし【無添加】、醤油、みりん、塩	絵皿 椀
26	月	ロールパン ビーフシチュー マカロニサラダ フルーツポンチ 牛乳・いりこ	牛肉 牛乳・いりこ	人参、玉ねぎ、トマトピューレ、グリーンピース キャベツ、コーン、ブロッコリー パイン【缶詰】、バナナ、みかん【缶詰】、寒天	ロールパン じゃが芋、油 マカロニ、●マヨネーズ(→酢、砂糖、塩) 砂糖	ビーフシチューの素、ケチャップ、塩	絵皿 椀
★ 28	水	チキンピラフ 牛肉コロケ 卵入り野菜炒め スープ ミニマフィン【いちご】 牛乳・いりこ・お茶	鶏肉 ●卵(→コーン) 牛乳・いりこ	玉ねぎ、人参、マッシュルーム、枝豆 太もやし、人参、ピーマン ほうれん草、大根、かぼちゃ	滋賀県産こしひかり、油 塩、●牛肉コロケ(→牛肉と玉ねぎ炒め物) 油、砂糖 ●ミニいちごマフィン(→リンゴゼリー) 麦茶	コンソメ、塩 醤油、酒 ブイヨン【無添加】、塩	絵皿 椀
30	金	かぶの葉入りわかめご飯 アジの蒲焼風 かぶらの甘酢和え すまし汁 フルーツ 牛乳・いりこ・お茶	アジ 牛乳・いりこ	かぶらの葉、炊込わかめ 土生薑 かぶら、胡瓜、人参 玉ねぎ、小松菜 りんご	滋賀県産こしひかり 片栗粉、油、砂糖 砂糖 そうめん 麦茶	酒、醤油、みりん 穀物酢、醤油 だし【無添加】、醤油、みりん、塩	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	446 kcal	14.7g	16.0 g	183 mg

