



2015年10月度 段上幼稚園メニュー



子どもはみんな
すばらしい

<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。

*ちくわ・ウィンナーは鶏・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				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	
2 金	白身魚の 野菜甘酢あんかけ キャロットレーズンサラダ 麦入りごはん たまごスープ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ・お茶	ホキ ●卵(なし→コーン)	玉ねぎ・人参・ピーマン 人参・レーズン えのき・スナックえんどう バナナ	小麦粉・油・砂糖・片栗粉 アーモンド ●マヨネーズ(なし→青じそドレッシング) 滋賀県産こしひかり・押麦	塩・穀物酢・醤油 ケチャップ・鶏がらスープ 塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 小皿 碗
6 火	カレーライス グリーンサラダ 果肉入りオレンジゼリー 牛乳・いりこ・お茶	鶏肉 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 油・砂糖 果肉入りみかんゼリー	カレーフレーク 醤油・穀物酢 麦茶	絵皿 小皿
7 水	麻婆丼 昆布と大根の酢の物 中華スープ 牛乳・いりこ・お茶	豆腐・豚ミンチ・合わせ煮みそ 牛乳・いりこ	おろし生姜・玉ねぎ 人参・ピーマン・干しいたけ きざみ昆布・大根・人参・胡瓜 白菜・わかめ・青葱	滋賀県産こしひかり・油・砂糖・片栗粉 砂糖	醤油・酒・鶏がらスープ 穀物酢・醤油 鶏がらスープ 麦茶	丼 小皿 碗
9 金	牛肉コロッケ キャベツのレモン和え 麦入りごはん スープ フルーツ(梨) 牛乳・いりこ・お茶	 牛乳・いりこ	キャベツ・ブロッコリー 人参・レモン果汁 ほうれん草・コーン・大根 梨	コロッケ・油 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	穀物酢・醤油 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 小皿 碗
14 水	千草焼 ひじきと高野豆腐の煮物 粉ふき芋ゆかり風味 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ・お茶	豚ミンチ・●卵(汗草焼なし→ チキンケチャップリテー)	人参・干しいたけ・スナックえんどう 芽ひじき・むぎ枝豆 ゆかり 玉ねぎ・しめじ オレンジ	油・砂糖 油・砂糖 じゃが芋 滋賀県産こしひかり・押麦 麩	醤油・みりん・出し 出し・醤油・酒 出し 麦茶	絵皿 小皿 碗
15 木	油淋鶏(ユーリンチー) マロニーサラダ ロールパン 中華スープ 牛乳・いりこ・お茶	鶏肉 牛乳・いりこ	青ねぎ 赤ピーマン・ブロッコリー キャベツ・コーン 人参・もやし・大根	片栗粉・油・砂糖 マロニー・油 ロールパン	酒・醤油・穀物酢 青じそドレッシング 鶏がらスープ 麦茶	絵皿 碗
20 火	あずきと黒米おこわ サンマの蒲焼風 白菜のごま和え 味噌汁 フルーツ(梨) 牛乳・いりこ・お茶	小豆 サンマ 豆腐・合わせ煮みそ 牛乳・いりこ	おろし生姜 デンゲンサイ・白菜 青ねぎ 梨	滋賀県産こしひかり・もち米・もち黒米 片栗粉・油・砂糖 白ごま・砂糖 巻麩	醤油・みりん・酒・出し 酒・醤油・みりん 醤油・出し 出し 麦茶	絵皿 碗
★ 21 水	ウィンナーの ケチャップライス フライドチキン ポテトサラダ スープ ハロウィンデザート (パンプキンプリン) 牛乳・いりこ・お茶	ウィンナー 鶏肉 牛乳 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・ピーマン 胡瓜・コーン 白菜・小松菜 寒天・かぼちゃ	滋賀県産こしひかり・油・バター 片栗粉・油 じゃが芋 ●マヨネーズ(なし→塩) 砂糖	ケチャップ・チキンコンソメ・塩 ●から揚げ粉(なし→片栗粉・塩) 塩 チキンコンソメ プリン系 麦茶	絵皿 小皿 碗
26 月	照焼ハンバーグ マカロニサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ・お茶	ハンバーグ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・グリーンピース ほうれん草	油・砂糖・片栗粉 ファンタジーマカロニ ●マヨネーズ(なし→青じそドレッシング) 丸ロールパン じゃが芋	醤油・みりん・酒 塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 碗
28 水	野菜たっぷり 醤油ラーメン 野菜とツナの和え物 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ・お茶	豚肉・ちくわ まぐろフレーク 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・スナックえんどう キャベツ・もやし ブロッコリー・大根 バナナ	中華麺・油 	醤油・鶏がらスープ・塩 醤油ラーメンスープ 玉ねぎドレッシング 麦茶	丼 小皿
30 金	家常豆腐 (ジャーツェンドウフ) ちくわと野菜の中華和え 麦入りごはん 中華スープ 牛乳・いりこ・お茶	豚肉・厚揚げ テンメンジャン・合わせ煮みそ ちくわ 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ 干しいたけ・ピーマン・おろし生姜 ほうれん草・コーン・白菜 大根・青ねぎ	油・砂糖・片栗粉 誤合ごま油 滋賀県産こしひかり・押麦 マロニー	醤油・酒・鶏がらスープ 醤油・みりん・鶏がらスープ 鶏がらスープ	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、ご了承ください。

栄養素	1人分	たんぱく質	脂質	カルシウム
平均栄養価	455kcal	17.6g	14.0g	199mg

