



2017年 11月度 段上幼稚園メニュー（こじかクラブ）

<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。

日付	曜日	献立名	材 料				食器
			黄◇ 力や体温となるもの	赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	その他	
			穀類・油脂類・砂糖類・いも類	魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・海藻類・くだもの類		
1	水	マーマレードチキン もやしと小松菜のごま和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ	小麦粉・油 オレジンママレード 白ごま・白ごま 滋賀県産こしひかり・押麦 麩	鶏肉 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	生姜 もやし・小松菜・人参 ワカメ・玉ねぎ バナナ	塩・醤油・みりん 醤油・みりん・だし だし 麦茶	給血 機
2	木	白身魚のムニエル 白菜とわかめの酢の物 さつま芋の甘煮 マカロニソテー 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・油 砂糖 さつま芋・砂糖 ツイストマカロニ・油 滋賀県産こしひかり・押麦	まだら 牛乳・いりこ	白菜・人参・ワカメ 玉ねぎ	塩・ケチャップ 穀物酢・醤油 チキンコンソメ・塩 麦茶	給血 機
6	月	かぼちゃひき肉フライ ミックスサラダ 麦入りごはん たまごスープ 牛乳・いりこ	油 砂糖・オリーブ油 滋賀県産こしひかり・押麦	●卵（→なし） 牛乳・いりこ	キャベツ・ほうれん草・人参 白菜・青葱	かぼちゃひき肉フライ 穀物酢・塩 チキンコンソメ 麦茶	給血 機
8	水	豚骨ラーメン 胡瓜とわかめの中華和え 揚げポテト 牛乳・いりこ	ラーメン・油 ごま油 さつま芋・油	豚肉 牛乳・いりこ	キャベツ・玉ねぎ・人参・青葱 胡瓜・大根・ワカメ	醤油・鶏がらスープ 塩・豚骨ラーメンスープ 醤油・みりん・鶏がらスープ 塩 麦茶	給血 機
9	木	ハンバーグトマトソース 春雨サラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	油 はるさめ・油 ロールパン	ハンバーグ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマト 人参・胡瓜・コーン 大根・小松菜	ケチャップ 青じそドレッシング チキンコンソメ	給血 機
10	金	サバの漬け焼 ひじきと厚揚げの煮物 ツナとブロッコリーの和え物 粉ふき芋 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	砂糖・油 油・砂糖 じゃが芋 滋賀県産こしひかり・押麦	サバ 厚揚げ まぐろフレーク 牛乳・いりこ	ひじき・いんげん ブロッコリー あおさのり	醤油・みりん 出し・醤油・酒 醤油・みりん・だし 塩 麦茶	給血 機
13	月	鶏肉ときこの甘酢炒め ブロッコリーの洋風煮 白菜とわかめの和え物 麦入りごはん フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ・お茶	油・砂糖・片栗粉 滋賀県産こしひかり・押麦	鶏肉 牛乳・いりこ	エリンギ・しめじ 玉ねぎ・人参・ピーマン ブロッコリー 白菜・人参・ワカメ オレンジ	酒・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 醤油・みりん・出し 麦茶	給血 機
15	水	サケの塩焼 白菜とほうれん草の梅風味和え さつま芋ごはん 味噌汁 フルーツ（りんご） 牛乳・いりこ	油 滋賀県産こしひかり・さつま芋	サケ 豆腐・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	白菜・ほうれん草・人参・しそ練り梅 ワカメ・大根 りんご	醤油・みりん・だし 塩 だし 麦茶	給血 機

平均栄養価	エネルギー475Kcal 脂質16.0g	タンパク質15.9g カルシウム182mg
-------	-------------------------	--------------------------

こどもはみんな
すばらしい

★の日はお楽しみメニュー

*ちくわ・ウインナーは卵・乳成分が含まれていない製品を使用しております。

日付	曜日	献立名	材 料				食器
			黄◇ 力や体温となるもの	赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	その他	
			穀類・油脂類・砂糖類・いも類	魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・海藻類・くだもの類		
16	木	鶏肉の唐揚げ 大根と胡瓜の酢の物 かぼちゃの甘煮 麦入りごはん フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・片栗粉・油 砂糖 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	鶏肉 牛乳・いりこ	生姜 大根・胡瓜 かぼちゃ バナナ	醤油・酒 穀物酢・醤油 麦茶	給血 機
17	金	カレーライス マカロニサラダ ぶどうかん 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 ツイストマカロニ ●マヨネーズ（→青じそドレッシング） 砂糖	牛肉 牛乳・いりこ	おろしにんにく 生姜・玉ねぎ・人参 胡瓜・コーン 寒天・ぶどうジュース	カレーフレーク ケチャップ・ウスターソース 塩 麦茶	給血 機
20	月	ミンチカツ 切干大根サラダ ロールパン わかめスープ 牛乳・いりこ	油 砂糖 ロールパン	●ミンチカツ （→照焼チキン） 牛乳・いりこ	切干大根・人参・ピーマン ワカメ・玉ねぎ	醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ	給血 機
22	水	ウインナーと ほうれん草のキッシュ キャベツの フレンチサラダ 麦入りごはん スープ フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ	ポテト・油 滋賀県産こしひかり・押麦	●卵（→なし 他のも多目） 豆乳・ウインナー 牛乳・いりこ	ほうれん草 キャベツ・コーン・人参・玉ねぎ 大根・ワカメ オレンジ	塩・チキンコンソメ・ケチャップ フレンチドレッシング チキンコンソメ 麦茶	給血 機
24	金	鶏肉とさつま芋のシチュー おかかサラダ コーンのピラフ カップケーキ 牛乳・いりこ	さつま芋・油 砂糖 滋賀県産こしひかり・油 ●カップケーキ（→ミニゼリー）	鶏肉・牛乳 かつお節 牛乳・いりこ	玉ねぎ・しめじ・グリーンピース 胡瓜・人参・大根 玉ねぎ・コーン	クリームシチューの素 醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ・塩 麦茶	給血 機
27	月	白身魚フライ ポテトサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	油 じゃが芋・●マヨネーズ（→なし） ロールパン	白身魚フライ 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ 白菜・ブロッコリー	塩 チキンコンソメ	給血 機
29	水	焼豚チャーハン ちくわとわかめのサラダ 中華スープ フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・油・調合ごま油 油・砂糖	焼豚・●卵（→コーン） ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・青葱 ワカメ・胡瓜・人参 もやし・コーン・しめじ バナナ	塩・鶏がらスープ 穀物酢・醤油 鶏がらスープ 麦茶	給血 機
30	木	肉じゃが キャベツの中華風浸し 焼厚揚げ 麦入りごはん フルーツ（りんご） 牛乳・いりこ・お茶	じゃが芋・油・砂糖 油 滋賀県産こしひかり・押麦	豚肉 厚揚げ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・グリーンピース キャベツ りんご	だし・醤油・みりん・酒 鶏がらスープ 醤油・みりん	給血 機

