

子どもはみんな  
すばらしい



## 2017年 12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。

\*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  | 曜日 | 献立名                                                           | 材 料                                                                                                                    |                                                                                                                   |                                                                |                                                                                                                               | 食器            |
|----|----|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
|    |    |                                                               | 黄◇ カや体温となるもの<br>穀類・油脂類・砂糖類・いも類                                                                                         | 赤◇ 血や肉になるもの<br>魚類・肉類・豆類・乳類・卵類                                                                                     | 緑◇ からだの調子を整えるもの<br>野菜類・藻類・くだもの類                                | その他                                                                                                                           |               |
| 1  | 金  | サバの甘辛焼<br>もやしとワカメのおかか和え<br>麦入りごはん<br>豚汁<br>牛乳・いりこ             | 砂糖・油<br>滋賀県産こしひかり・押麦<br>こんにゃく                                                                                          | サバ<br>かつお節<br>豚肉・うす揚げ・合わせ麦みそ<br>牛乳・いりこ                                                                            | 生姜<br>もやし・胡瓜・ワカメ<br>青葱・大根・人参・ごぼう                               | 醤油・酒<br>醤油・みりん・だし<br>だし<br>麦茶                                                                                                 | 絵皿<br>椀       |
| ★  | 4月 | 星のミートコロッケ<br>ブロッコリーサラダ<br>ロールパン<br>スープ<br>クリスマスデザート<br>牛乳・いりこ | 星のミートコロッケ・油<br>砂糖・オリーブ油<br>ロールパン<br> | <br>牛乳・いりこ                      | ブロッコリー・キャベツ<br>コーン・レモン果汁<br>小松菜・人参・ワカメ                         | 穀物酢・塩・醤油<br>チキンコンソメ<br>クリスマス三色ゼリー<br>麦茶                                                                                       | 絵皿<br>椀       |
| 6  | 水  | 五目うどん<br>ちくわの天ぷら<br>フルーツ（バナナ）<br>牛乳・いりこ                       | うどん<br>小麦粉・油<br>                    | 牛肉・味付け揚げ<br>ちくわ<br>牛乳・いりこ                                                                                         | 青葱・白菜・人参・だし昆布<br>バナナ                                           | だし・醤油・みりん<br>塩・昆布つゆ<br>塩<br>麦茶<br>       | 丼<br>小皿       |
| 8  | 金  | 麻婆丼<br>春雨サラダ<br>スープ<br>フルーツ（オレンジ）<br>牛乳・いりこ                   | 滋賀県産こしひかり<br>油・砂糖・片栗粉<br>はるさめ・油                                                                                        | 豆腐・豚ミンチ・合わせ麦みそ<br>牛乳・いりこ<br> | 生姜・おろしにんにく<br>玉ねぎ・干しいたけ<br>胡瓜・人参・ワカメ<br>ほうれん草・白菜・えのきだけ<br>オレンジ | 醤油・酒・鶏がらスープ<br>塩・青じそドレッシング<br>鶏がらスープ<br>麦茶                                                                                    | 丼<br>小皿       |
| 11 | 月  | ミートボールの<br>ボルシチ風煮込み<br>おさつサラダ<br>ロールパン<br>牛乳・いりこ              | 油・砂糖<br>さつま芋・●マヨネーズ<br>（→青じそドレッシング）<br>ロールパン                                                                           | チキンボール<br>牛乳・いりこ                                                                                                  | 玉ねぎ・キャベツ・人参<br>トマト・ドライパセリ<br>コーン・胡瓜                            | ケチャップ・醤油<br>チキンコンソメ・塩<br>塩<br>麦茶                                                                                              | 丼<br>絵皿       |
| 13 | 水  | 鶏肉の唐揚げ<br>しらすと大根のサラダ<br>麦入りごはん<br>花魁のすまし汁<br>あべかわもち<br>いりこ    | 小麦粉・片栗粉・油<br>油・砂糖<br>滋賀県産こしひかり・押麦<br>花魁<br>もち米・砂糖                                                                      | 鶏肉<br>しらす干し<br>きな粉<br>いりこ<br> | 生姜<br>大根・コーン・いんげん<br>ワカメ・えのきだけ                                 | 醤油・酒<br>醤油・穀物酢<br>だし・醤油・塩<br>塩<br>麦茶<br> | 絵皿<br>小皿<br>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。

|       |              |            |
|-------|--------------|------------|
| 平均栄養価 | エネルギー486Kcal | タンパク質17.7g |
|       | 脂質15.7g      | カルシウム181mg |

