



2018年 1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いません。

日付	曜日	献立名	黄○ 方や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	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・果類・くだもの類	その他	食器
4	木	かぼちゃサンドフライ 高野豆腐のきめ煮 ブロッコリーとわかめの酢の物 さつま芋とコーンの甘煮 麦入りごはん ジュース・いりこ	油 砂糖 砂糖 さつま芋・砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	高野豆腐 いりこ	人参 ブロッコリー・わかめ コーン オレンジジュース	かぼちゃひき肉フライ 出し・醤油・酒 穀物酢・醤油 	
5	金	サバの蒲焼風 大根和風サラダ ほうれん草と キャベツのごま和え フルーツ（バナナ） 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	片栗粉・油・砂糖・片栗粉 白ごま 滋賀県産こしひかり・押麦	サバ 	大根・人参・玉ねぎ・胡瓜 ほうれん草・キャベツ バナナ	酒・醤油・みりん 青じそドレッシング 醤油・みりん・出し 麦茶 	
9	火	いなり寿司 牛肉とかぼちゃの煮物 小松菜のお浸し コンニャクの甘辛炒め フルーツ（りんご） 牛乳・いりこ・お茶	滋賀県産こしひかり・砂糖・白ごま 砂糖 糸こんにゃく・油・砂糖	いなり用揚げ 牛肉 牛乳・いりこ 	かぼちゃ・玉ねぎ・グリーンピース 小松菜・人参 ピーマン りんご	出し・醤油・酒 醤油・みりん・出し 醤油・みりん	
10	水	チキンチャップ マロニーサラダ ブロッコリー洋風浸し 粉ふき芋 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・油・砂糖 マロニー・油・砂糖 じゃが芋 滋賀県産こしひかり・押麦	鶏肉 牛乳・いりこ	人参・コーン ブロッコリー ドライパセリ	塩・ケチャップ ウスターソース・チキンコンソメ 醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ 塩 麦茶	
11	木	サケの煮付け 白菜の塩昆布和え かぼちゃの旨煮 麦入りごはん フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ・お茶	砂糖 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	サケ 牛乳・いりこ 	白菜・小松菜・人参・塩昆布 かぼちゃ オレンジ	出し・醤油・みりん 麦茶	
12	金	牛肉コロッケ マカロニサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	コロッケ・油 ツイストマカロニ ●マヨネーズ （青じそドレッシング） ロールパン		人参・キャベツ・ドライパセリ ワカメ・もやし・青葱	塩 チキンコンソメ	
15	月	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 	しめじ・玉ねぎ・トマト 胡瓜・人参・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	
17	水	洋風そぼろ寿司 ブロッコリー洋風煮 かき玉汁 レモンケーキ 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・砂糖・油 片栗粉 ●レモンケーキ （→ミニゼリー）	鶏ミンチ ●ロースハム（→なし） ●卵（→なし） 牛乳・いりこ 	干しいたけ・人参・胡瓜・コーン ブロッコリー・人参 青葱・もやし	穀物酢・塩・醤油・みりん・だし チキンコンソメ だし・醤油・塩 麦茶	

平均栄養価	エネルギー454Kcal 脂質16.9g	タンパク質15.9g カルシウム180mg
-------	-------------------------	--------------------------

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・ウィンナーは卵・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	黄○ 方や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	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・果類・くだもの類	その他	食器
18	木	白身魚のカレー風味焼 白菜と小松菜のお浸し 大根と旨煮 麦入りごはん フルーツ（みかん） 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・油 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	まだら 	白菜・小松菜・人参 大根・あおさのり みかん	カレー粉・チキンコンソメ 醤油・みりん・だし だし・醤油・酒 麦茶	
19	金	カレーライス 切干大根サラダ オレンジかん 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 砂糖・調合ごま油 砂糖	牛肉 ちくわ 牛乳・いりこ	にんにく・生姜・玉ねぎ・人参 切干大根・胡瓜 寒天・オレンジジュース	カレーフレーク・ケチャップ・ウスターソース 醤油・穀物酢・みりん 麦茶 	給食 小皿 箸
22	月	ミンチカツ 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	●メンチカツ（→鶏の唐揚げ） 牛乳・いりこ 	玉ねぎ・コーン・ドライパセリ しめじ・白菜・人参	塩 チキンコンソメ	給食 箸
24	水	サケの漬け焼 ちくわとキャベツの酢の物 わかめごはん すまし汁 フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ	油・砂糖 砂糖 滋賀県産こしひかり 麩 	サケ ちくわ 牛乳・いりこ	おろし生姜 キャベツ・いんげん わかめごはんの素 大根・青葱 バナナ	醤油・みりん 穀物酢・醤油 だし・醤油・塩 麦茶	給食 小皿 箸
25	木	揚げ鶏のレモン醤油がらめ ひじき煮豆 焼かぼちゃ 麦入りごはん フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・片栗粉・油・砂糖 油・砂糖 油 滋賀県産こしひかり・押麦	鶏肉 水煮大豆・うず揚げ 牛乳・いりこ	レモン果汁 ひじき・人参・グリーンピース かぼちゃ オレンジ	塩・穀物酢・醤油・みりん だし・醤油・酒 塩 麦茶 	
26	金	ウィンナーチーズオムレツ ブロッコリーとわかめのサラダ 麦入りごはん スープ フルーツ（りんご） 牛乳・いりこ	油 滋賀県産こしひかり・押麦	●卵（→じゃが芋） 牛乳・ウィンナー・チーズ 牛乳・いりこ 	玉ねぎ ブロッコリー・人参・ワカメ キャベツ・コーン・ほうれん草 りんご	塩・チキンコンソメ・ケチャップ 青じそドレッシング チキンコンソメ 麦茶	給食 小皿 箸
29	月	ショートパスタの ポロネーゼ 白身魚フライ マセドアンサラダ ミニゼリー 牛乳・いりこ きつねうどん ちくわの磯辺揚げ フルーツ（みかん） 牛乳・いりこ	マカロニ・オリーブ油 小麦粉・砂糖 油 さつま芋 ●マヨネーズ （→青じそドレッシング） →ロゼリー	豚ミンチ 白身魚フライ ちくわ 牛乳・いりこ 	玉ねぎ・人参・しょうが にんにく・トマト ドライパセリ 胡瓜	ケチャップ・ウスターソース チキンコンソメ・塩 塩 麦茶 	給食
31	水	うどん 小麦粉・油	うどん 小麦粉・油 	味付け揚げ ちくわ 牛乳・いりこ	ワカメ・青ねぎ・だし昆布 あおさのり みかん	だし・醤油・みりん・塩・昆布つゆ 麦茶	丼 小皿

