



2018年 3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○ 方や体質となるもの 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○ からだの骨を造るもの 野菜類・果類・くだもの類	その他	食器
1	木	サケのムニエル 野菜のソテー 切干大根の煮物 麦入りごはん フルーツ (オレンジ) 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉 油 砂糖 滋養食品こしひかり・押麦	サケ うす揚げ 牛乳・いりこ	ブロッコリー・もやし・玉ねぎ 切干大根・人参 オレンジ	塩・ケチャップ チキンコンソメ だし・醤油・みりん 麦茶	
2	金	♪カレーライス ♪マカロニサラダ ぶどうかん 牛乳・いりこ	滋養食品こしひかり・じゃが芋・油 ツイストマカロニ ●マヨネーズ (フレンチドレッシング) 砂糖	牛肉 牛乳・いりこ	にんにく・しょうが・玉ねぎ・人参 赤パプリカ ほうれん草・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	
5	月	星のコロッケ マロニーサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	星のミートコロッケ・油 マロニー ロールパン		きゅうり・人参 コーン・ワカメ・白菜	青じそドレッシング チキンコンソメ	
7	水	♪桃色ひならし ちくわの磯辺揚げ 白菜とほうれん草のゆかり和え にゅうめん ひな祭りゼリー 牛乳・いりこ	滋養食品こしひかり・砂糖 小麦粉・油 花麴・そうめん さくらゼリー	しらす干し・高野豆腐 ちくわ 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	トマトジュース・干しいたけ コーン・いんげん あおさのり 白菜・ほうれん草・人参・ゆかり ワカメ	穀物酢・塩・だし・醤油・みりん 塩 醤油・みりん・だし 麦茶	
8	木	豚肉のおかか炒め 中華サラダ キャベツの塩昆布和え じゃが芋の洋風煮 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	油・砂糖 砂糖・ごま油 じゃが芋 滋養食品こしひかり・押麦	豚肉・かつお節 ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・ピーマン 白菜・きゅうり キャベツ・人参・塩昆布	醤油・みりん・酒 醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ 麦茶	
9	金	ケチャップライス ♪鶏肉の唐揚げ ♪ポテトサラダ スープ マドレーヌ 牛乳・いりこ 白身魚の蒲焼 春雨サラダ 人参の甘煮 蒸かぼちゃ 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	滋養食品こしひかり・油 片栗粉・油 じゃが芋・マヨネーズ (ーなし) ●マドレーヌ (ーミニゼリー)	鶏肉 豆腐 牛乳・いりこ まだら 牛乳・いりこ	玉ねぎ・ピーマン しょうが きゅうり・コーン 青葱・大根・小松菜	ケチャップ・チキンコンソメ・塩 醤油・酒 塩 チキンコンソメ 麦茶 酒・醤油・酒 青じそドレッシング 塩 麦茶	
12	月	鶏肉の和風ムニエル ちくわとキャベツのソテー いりこ大豆 もやしのごま和え 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	砂糖・小麦粉・油 油 油・砂糖 白ごま 滋養食品こしひかり・押麦	鶏肉 ちくわ いりこ・水煮大豆 牛乳・いりこ	しょうが きゅうり・コーン 人参 かぼちゃ	塩 麦茶 醤油・みりん チキンコンソメ 醤油・酒 醤油・みりん・出し 麦茶	
15	木	ハンバーグ ブロッコリーサラダ 大根の中華風煮 麦入りごはん フルーツ (オレンジ) 牛乳・いりこ・お茶	油 砂糖 滋養食品こしひかり・押麦	ハンバーグ 牛乳・いりこ	ブロッコリー・コーン 大根・人参 オレンジ	ケチャップ フレンチドレッシング 醤油・鶏がらスープ 麦茶	
16	金	サバの漬け焼き ウィンナーとチンゲンサイのソテー 胡瓜と人参の酢の物 麦入りごはん フルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ・お茶	砂糖 油 砂糖 滋養食品こしひかり・押麦	サバ ウィンナー 牛乳・いりこ	しょうが チンゲン菜・もやし きゅうり・人参・ワカメ バナナ	醤油・酒 チキンコンソメ 穀物酢・醤油 麦茶	

平均栄養価

エネルギー464Kcal
たんぱく質16.1g
脂質13.7g
カルシウム177mg

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○ 方や体質となるもの 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○ からだの骨を造るもの 野菜類・果類・くだもの類	その他	食器
19	月	かぼちゃサンドフライ 和風サラダ キャベツのおかか和え 麦入りごはん フルーツ (オレンジ) 牛乳・いりこ・お茶	油 砂糖 滋養食品こしひかり・押麦	かつお節 牛乳・いりこ	人参・小松菜・白菜 キャベツ・ブロッコリー オレンジ	かぼちゃひき肉フライ 青じそドレッシング 醤油・だし 麦茶	
20	火	豚じゃが ちくわの甘辛炒め 大根と昆布の酢の物 麦入りごはん フルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ・お茶	じゃが芋・油・砂糖 油・砂糖 砂糖 滋養食品こしひかり・押麦	豚肉 ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・グリーンピース 大根・きゅうり・きざみ昆布 バナナ	だし・醤油・みりん・酒 醤油・みりん 穀物酢・醤油 麦茶	
22	木	★ フライドチキン マカロニサラダ 焼ポテト 麦入りごはん パインかん 牛乳・いりこ・お茶	片栗粉・油 ツイストマカロニ・砂糖 じゃが芋・油 滋養食品こしひかり・押麦 砂糖	鶏肉 牛乳・いりこ	きゅうり・コーン 寒天・パインジュース	鶏がらスープ フレンチドレッシング 塩 麦茶	
23	金	いなり寿司 サバの塩焼 小松菜のお浸し かぼちゃの旨煮 フルーツ (りんご) 牛乳・いりこ・お茶	滋養食品こしひかり・砂糖・白ごま 油 砂糖	牛乳・いりこ いなり用揚げ サバ	小松菜・人参 かぼちゃ りんご	穀物酢・塩 塩 醤油・みりん・だし だし・醤油・みりん 麦茶	
26	月	ハムカツ 切干大根サラダ 中華ポテト 麦入りごはん フルーツ (オレンジ) 牛乳・いりこ・お茶	油 砂糖・ごま油 さつま芋・油・砂糖 滋養食品こしひかり・押麦	ハムカツ 牛乳・いりこ	切干大根・人参・きゅうり オレンジ	醤油・穀物酢・みりん 麦茶	
27	火	五目チャーハン しらすと白菜の中華和え スパゲティ・ソテー 肉団子のケチャップ炒め フルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ・お茶	滋養食品こしひかり・油 ごま油 スパゲティ・油 油・片栗粉	鶏肉 しらす干し チキンボール 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・コーン・青ねぎ 白菜・ブロッコリー 玉ねぎ バナナ	鶏がらスープ 醤油・みりん・鶏がらスープ 塩・チキンコンソメ ケチャップ・鶏がらスープ・みりん 麦茶	
28	水	アジの竜田揚げ じゃが芋の旨煮 キンピラごぼう 胡瓜とわかめの酢の物 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	砂糖・片栗粉・油 じゃが芋 油・砂糖・白ごま 砂糖 滋養食品こしひかり・押麦	アジ 牛乳・いりこ	しょうが ごぼう・人参・ピーマン きゅうり・ワカメ	醤油・酒 醤油・みりん・だし 醤油・みりん・酒・だし 穀物酢・醤油 麦茶	
29	木	チキンチャップ 大根の洋風煮 ほうれん草とキャベツのおかか和え マロニーの甘酢和え 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・油・砂糖 砂糖 マロニー・調合ごま油・砂糖 滋養食品こしひかり・押麦	鶏肉 かつお節 牛乳・いりこ	大根 ほうれん草・キャベツ 人参・コーン	塩・ケチャップ・ ウスターソース・チキンコンソメ 醤油・チキンコンソメ 醤油・だし 穀物酢・醤油 麦茶	
30	金	サケの香草焼 ひじきとさつま芋のサラダ ブロッコリーの梅風味和え 麦入りごはん フルーツ (オレンジ) 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・オリーブ油 砂糖・さつま芋 滋養食品こしひかり・押麦	サケ 牛乳・いりこ	ドライパセリ ひじき・きゅうり ブロッコリー・人参・しそ練り梅 オレンジ	チキンコンソメ だし・醤油・みりん・フレンチドレッシング 醤油・みりん・だし 麦茶	

本年度の給食はいかがでしたか?
給食室では、皆さんが笑顔で元気に過ごせるよう
これからも心をこめて、おいしい給食を作っていきます。
給食に関する意見・ご感想があれば、お気軽にお申し出ください。

♪給食リクエストメニュー♪
「リ」のメニューは、年長組のリクエストメニューです。
どんなメニューが人気だったのかな? お楽しみに!