



2018年 7月度 段上幼稚園メニュー（こじかクラブ）



平均栄養価

エネルギー490Kcal
たんぱく質16.7g
脂質15.8g
カルシウム203mg

<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◇ カや体温となるもの 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・藻類・くだもの類	その他	食器
2月		白身魚フライ マロニーサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	油 マロニー・油 ロールパン	白身魚フライ 牛乳・いりこ	人参・きゅうり コーン・大根・玉ねぎ	青じそドレッシング チキンコンソメ	給皿 機
4水		七夕ちらし 星のミートコロッケ キャベツのおかか和え にゅうめん スイカゼリー 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・砂糖 星のミートコロッケ・油 砂糖 そうめん スイカゼリー	かつお節 牛乳・いりこ	人参・干しいたけ・コーン・オクラ キャベツ・ほうれん草 ワカメ・青葱	穀物酢・塩・醤油・みりん・だし 醤油・出し だし・醤油・塩 麦茶	給皿 機
5木		豚肉の甘辛煮 ほうれん草とキャベツのおかか和え 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 さつま芋・油・砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	豚肉・豚肉 かつお節 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・大根 ほうれん草・キャベツ オレンジ	出し・醤油・みりん・酒 醤油・みりん・出し 麦茶	給皿 機
6金		厚揚げの肉味噌田楽 ツナと野菜のソテー ブロッコリーのお浸し しらすとしそのごはん フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ・お茶	砂糖・片栗粉 油 滋賀県産こしひかり	厚揚げ・含ミンチ 大豆ミンチ・合わせ麦みそ まぐろフレーク しらす干し 牛乳・いりこ	人参・キャベツ ブロッコリー 大葉 バナナ	出し・酒 チキンコンソメ 醤油・みりん・出し 醤油 麦茶	給皿 機
9月		鶏肉の照焼 切干大根の煮物 小松菜のごま酢和え かぼちゃの甘煮 麦入りごはん 牛乳・いりこ	油・砂糖 油・砂糖 砂糖・白ごま 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	鶏肉 うす揚げ 牛乳・いりこ	しょうが 切干大根・人参 小松菜 かぼちゃ	醤油・みりん 出し・醤油・みりん 穀物酢・醤油 麦茶	給皿 機
11水		そぼろ醤油ラーメン ちくわの天ぷら フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ	ラーメン・油 小麦粉・油	豚ミンチ・大豆ミンチ ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・赤パプリカ・青葱・もやし バナナ	醤油・鶏がらスープ 塩・醤油ラーメンスープ 塩 麦茶	給皿 機
12木		まぐろカツ 人参とわかめの酢の物 焼厚揚げ ほうれん草とキャベツの和え物 麦入りごはん 牛乳・いりこ	油 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	マグロカツ 厚揚げ・かつお節 牛乳・いりこ	人参・ワカメ・きゅうり ほうれん草・キャベツ	穀物酢・醤油 醤油 醤油・みりん・出し 麦茶	給皿 機
★	13金	ハンバーグ野菜トマトソース マカロニサラダ 麦入りごはん スープ ミニマフィン 牛乳・いりこ	油 ツイストマカロニ ●マヨネーズ （一青じそドレッシング） 滋賀県産こしひかり・押麦 ●ミニマフィン（一ミニゼリー）	ハンバーグ 牛乳・いりこ	茄子・ピーマン・トマト きゅうり・人参・コーン 大根・小松菜	ケチャップ 塩 チキンコンソメ 麦茶	給皿 機
18水		牛肉コロッケ マカロニのソテー 大根スープ煮 ちくわの甘辛炒め 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	コロッケ・油 ツイストマカロニ・油 油・砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	ちくわ 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・ドライパセリ 大根・ブロッコリー	チキンコンソメ・塩 チキンコンソメ 醤油・みりん 麦茶	給皿 機

★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◇ カや体温となるもの 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・藻類・くだもの類	その他	食器
19木		タンドリーチキン ブロッコリーとわかめのサラダ さつま芋のあめがらめ コーンと人参のスープ煮 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	油 さつま芋・油・白ごま・砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	鶏肉・ヨーグルト 水煮大豆 牛乳・いりこ	しょうが ブロッコリー・ワカメ コーン・人参	塩・カレー粉・ケチャップ 青じそドレッシング 醤油・穀物酢 チキンコンソメ 麦茶	給皿 機
20金		アジの煮付け がんもの煮物 チンゲンサイと白菜の塩昆布和え 麦入りごはん フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ・お茶	砂糖 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	アジ 一口がんも 牛乳・いりこ	しょうが 人参・大根 チンゲン菜・白菜・人参・塩昆布 バナナ	醤油・酒・出し 出し・醤油・みりん 麦茶	給皿 機
23月		サケのムニエル 昆布イリチー 粉ふき芋 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 油・砂糖 じゃが芋 滋賀県産こしひかり・押麦	サケ 牛乳・いりこ	きざみ昆布・切干大根 人参・干しいたけ あおさのり オレンジ	チキンコンソメ 醤油・みりん・出し 塩 麦茶	給皿 機
24火		牛肉のごま風味炒め 焼かぼちゃ 高野豆腐の含め煮 大根と胡瓜の酢の物 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	油・砂糖・白ごま 油 砂糖 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	牛肉 高野豆腐 牛乳・いりこ	玉ねぎ・いんげん・しめじ かぼちゃ 人参 大根・きゅうり	醤油・みりん・酒 塩 出し・醤油・酒 穀物酢・醤油 麦茶	給皿 機
25水		サバの旨煮 ひじきサラダ さつま芋の天ぷら 白菜とほうれん草の梅風味和え 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	砂糖 砂糖・●マヨネーズ（一なし） さつま芋・小麦粉・油 滋賀県産こしひかり・押麦	サバ 牛乳・いりこ	しょうが ひじき・人参・コーン 白菜・ほうれん草・人参・しそ練り梅	ウスターソース・醤油・酒 出し・醤油・みりん 塩 醤油・みりん・出し 麦茶	給皿 機
★	26木	鶏肉の唐揚げ わかめサラダ ブロッコリーのお浸し 麦入りごはん パインかん 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・片栗粉・油 油 滋賀県産こしひかり・押麦 砂糖	鶏肉 牛乳・いりこ	しょうが ワカメ・人参・コーン ブロッコリー・人参 寒天・パインジュース	醤油・酒 青じそドレッシング 醤油・みりん・出し 麦茶	給皿 機
27金		大豆と豚肉のおこわ 春巻 拌三絲（パンスー） ゆでとうもろこし フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ・お茶	滋賀県産こしひかり・もち米 油 はるさめ・ごま油 砂糖・白ごま	水煮大豆・豚肉・うす揚げ 牛乳・いりこ	しめじ・人参 ミニ春巻 赤パプリカ・きゅうり とうもろこし バナナ	醤油・醤油・みりん・酒・出し 穀物酢・醤油 麦茶	給皿 機
30月		照焼ハンバーグ スパゲティサラダ ブロッコリースープ煮 麦入りごはん フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ・お茶	油・砂糖・片栗粉 スパゲティ ●マヨネーズ （一青じそドレッシング） 滋賀県産こしひかり・押麦	ハンバーグ 牛乳・いりこ	コーン ブロッコリー・人参 オレンジ	醤油・みりん・酒 塩 チキンコンソメ 麦茶	給皿 機
31火		夏の麻婆豆腐 ちくわの青のり焼 キャベツのレモン和え 麦入りごはん フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ・お茶	油・砂糖・片栗粉 油・砂糖 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	豆腐・含ミンチ・合わせ麦みそ ちくわ 牛乳・いりこ	生姜・玉ねぎ かぼちゃ・ピーマン・茄子 あおさのり キャベツ・きゅうり 人参・レモン果汁 バナナ	醤油・酒・鶏がらスープ 醤油・みりん 穀物酢・醤油 麦茶	給皿 機

