



2018年 10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◇ カヤ体温となるもの	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・藻類・くだもの類			
3	水	豚肉と野菜のあんかけ丼 オニオンリング 中華スープ フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり 油・砂糖・片栗粉 油	豚肉・さつま揚げ オニオンリング 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・白菜・小松菜 もやし・コーン・ワカメ オレンジ	鶏がらスープ・醤油・みりん・酒 鶏がらスープ 麦茶	丼 小皿 椀	
5	金	カレーライス ツナサラダ 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	牛肉 まぐろフレーク 牛乳・いりこ	にんにく・しょうが・玉ねぎ・人参 ほうれん草・大根・人参 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 青じそドレッシング 麦茶	絵皿 小皿 椀	
10	水	野菜たっぷり塩ラーメン ちくわの磯辺揚げ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	中華麺・油 小麦粉・油	豚肉 ちくわ 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・青葱・キャベツ・もやし あおさのり バナナ	醤油・鶏がらスープ 塩・塩ラーメンスープ 麦茶	丼 小皿	
11	木	ミートボールの トマトカレースープ煮 マカロニサラダ ロールパン 牛乳・いりこ	油・片栗粉 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	チキンボール 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・コーン グリーンピース・トマト キャベツ・ほうれん草・赤パプリカ	チキンコンソメ カレーフレーク 醤油・みりん・酒 塩	丼 絵皿	
★	17	水	サンマの蒲焼風 大根とワカメの酢の物 あずきおこわ 味噌汁 パイ饅頭(かぼちゃ) 牛乳・いりこ	片栗粉・油・砂糖 砂糖 滋賀県産こしひかり・もち米 ●パイ饅頭かぼちゃあん (→ミニゼリー)	サンマ 小豆 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	生姜 大根・人参・ワカメ 小松菜・しめじ・玉ねぎ	酒・醤油・みりん 穀物酢・醤油 醤油・みりん・酒・だし だし 麦茶	絵皿 椀
19	金	焼キチン南蛮 昆布イリチー 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	片栗粉・油・砂糖 ●マヨネーズ(→なし) 油・砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦 麩	鶏肉 うす揚げ 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	にんにく・玉ねぎ・きゅうり きざみ昆布・切干大根 干しいたけ・人参・いんげん ほうれん草・青葱 オレンジ	塩・酒・穀物酢・醤油 醤油・みりん・だし 出し 麦茶	絵皿 小皿 椀	
22	月	白身魚フライ おかかサラダ わかめごはん スープ 牛乳・いりこ	油 砂糖 滋賀県産こしひかり	白身魚フライ かつお節 牛乳・いりこ	ブロッコリー・人参・コーン わかめごはんの素 玉ねぎ・小松菜	醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀	
24	水	きつねうどん ちくわとキャベツの梅風味和え フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	うどん	味付け揚げ ちくわ 牛乳・いりこ	ワカメ・青葱・だし昆布 キャベツ・きゅうり・人参・練り梅 バナナ	だし・醤油・みりん・塩・昆布つゆ 醤油・みりん・だし 麦茶	丼 小皿 椀	
29	月	肉じゃがコロッケ しらすとブロッコリーのサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	肉じゃがコロッケ・油 油・砂糖 ロールパン	しらす干し 牛乳・いりこ	ブロッコリー・キャベツ・人参 玉ねぎ・コーン	醤油・穀物酢 チキンコンソメ	絵皿 椀	
31	水	サバの塩焼 ほうれん草ともやしの菜種和え 麦入りごはん 具沢山味噌汁 牛乳・いりこ	油 ごま油 滋賀県産こしひかり・押麦 こんにゃく	サバ ●卵(→なし) ちくわ・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	ほうれん草・もやし 大根・人参・オクラ	塩 醤油・みりん・だし だし 麦茶	絵皿 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がありますので、ご了承下さい。

平均栄養価	エネルギー491Kcal	たんぱく質16.2g
	脂質17.5g	カルシウム190mg

