



# 2019年 3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458Kcal 脂質15.4g	タンパク質16.9g カルシウム200mg
-------	-------------------------	--------------------------

<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	材 料				備考
			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◇ からだの骨子を養えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	その他	
1	金	桃色ひなちらし ♪花形豆腐ハンバーグ ブロッコリーのおかか和え 花麩のすまし汁 ひなあられ 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・砂糖 油 花麩	高野豆腐 花形豆腐ハンバーグ かつお節 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	コーン・いんげん ブロッコリー・人参 青ねぎ・大根	穀物酢・塩・ケチャップ だし・醤油・みりん 醤油・みりん・だし だし ひなあられ 麦茶	糖類 糖類
4	月	サクの香草焼 ミックスサラダ 麦入りごはん 味噌汁 牛乳・いりこ	オリーブ油 滋賀県産こしひかり・押麦	サク キャベツ・ほうれん草・人参 うず揚げ・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	ドライパセリ キャベツ・ほうれん草・人参 玉ねぎ・ワカメ	塩 玉ねぎドレッシング だし 麦茶	糖類 糖類
6	水	♪鶏肉の唐揚げ ちくわとわかめのサラダ ロールパン ポテトポタージュ風スープ フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ	片栗粉・油 油・砂糖 ロールパン じゃが芋	鶏肉 ちくわ 豆乳	しょうが ワカメ・きゅうり・人参 コーン・玉ねぎ オレンジ	醤油・酒 穀物酢・醤油 チキンコンソメ	糖類 糖類
7	木	ハムカツ 切干大根サラダ 中華ポテト 蒸かぼちゃ 麦入りごはん 牛乳・いりこ	油 砂糖・ごま油 さつま芋・油・砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	ハムカツ 切干大根・人参・きゅうり かぼちゃ	切干大根・人参・きゅうり かぼちゃ	醤油・穀物酢・みりん 塩 麦茶	糖類 糖類
8	★ 金	♪野菜醤油ラーメン ♪揚げギョーザ& タコウィナー 蒸しケーキ（いちご） 牛乳・いりこ	中華麺・油 ●ギョーザ （→白身魚フライ）・油 ●蒸しパンケーキ（いちご） （→ミニゼリー）	豚肉 ウインナー	玉ねぎ・人参 キャベツ・小松菜・コーン	醤油・鶏がらスープ 塩・醤油ラーメンスープ 麦茶	卵 卵
11	月	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	油・砂糖 砂糖・ごま油 じゃが芋 滋賀県産こしひかり・押麦	豚肉・かつお節 ちくわ	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	糖類 糖類
12	火	白身魚の蒲焼 春雨サラダ 人参の甘煮 麦入りごはん フルーツ（りんご） 牛乳・いりこ	片栗粉・油・砂糖 はるさめ・油 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	まだら	しょうが きゅうり・コーン 人参 りんご	酒・醤油・酒 青じそドレッシング 麦茶	糖類 糖類
14	木	鶏肉の和風ムニエル ちくわとキャベツのソテー じゃこ大豆 もやしのごま和え 麦入りごはん 牛乳・いりこ	砂糖・小麦粉・油 油 油・砂糖 白ごま 滋賀県産こしひかり・押麦	鶏肉 ちくわ いりこ・水煮大豆	キャベツ・ピーマン もやし・人参	醤油・みりん チキンコンソメ 醤油・酒 醤油・みりん・だし 麦茶	糖類 糖類
15	金	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	じゃが芋・油・砂糖 油・砂糖 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	豚肉 ちくわ	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	糖類 糖類
18	月	ハンバーグ キャベツサラダ 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	油 滋賀県産こしひかり・押麦	ハンバーグ	キャベツ・コーン 大根・人参 オレンジ	ケチャップ 玉ねぎドレッシング 醤油・鶏がらスープ 麦茶	糖類 糖類

★の日はお楽しみメニュー

\*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。

日付	曜日	献立名	材 料				備考
			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◇ からだの骨子を養えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	その他	
19	火	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	砂糖・片栗粉・油 じゃが芋 油・砂糖・白ごま 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	アジ	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	糖類 糖類
20	水	鶏肉の照焼 野菜のソテー 切干大根の煮物 麦入りごはん フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ	油・砂糖 油 油・砂糖 米（国産）・押麦	鶏肉	しょうが ブロッコリー・もやし・玉ねぎ 切干大根・人参 バナナ	醤油・みりん チキンコンソメ 出し・醤油・みりん 麦茶	糖類 糖類
22	★ 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	滋賀県産こしひかり・砂糖・白ごま 油 砂糖	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	糖類 糖類
25	月	白身魚フライ 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	油 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	白身魚フライ 和風サラダ かつお節	人参・小松菜・白菜 キャベツ・ブロッコリー オレンジ	ノンオイル青じそ 醤油・だし 麦茶	糖類 糖類
26	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	滋賀県産こしひかり・油・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	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	糖類 糖類
27	水	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	小麦粉・油・砂糖 砂糖 マロニー・調合ごま油・砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	鶏肉 かつお節	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	糖類 糖類
28	★ 木	フライドチキン ブロッコリーサラダ 焼ポテト 麦入りごはん パインかん 牛乳・いりこ	片栗粉・油 じゃが芋・油 滋賀県産こしひかり・押麦 砂糖	鶏肉	ブロッコリー・きゅうり・人参 寒天・パインジュース	鶏がらスープ 青じそドレッシング 塩 麦茶	糖類 糖類
29	★ 金	サバの漬け焼き ウインナーとチンゲンサイのソテー ワカメと人参の酢の物 麦入りごはん フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ	砂糖 油 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	サバ ウインナー	しょうが チンゲン菜・もやし 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	糖類 糖類



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  
これからも心を込めて、おいしい給食を作っていきます。  
給食に関するご意見・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♪

「ト」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？