



2019年 6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16.9g 脂質17.6g	カルシウム186mg
-------	---------------------------------------	------------

<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 日	献立名	材 料				食器
		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・藻類・くだもの類	その他	
3月	野菜コロッケ	野菜コロッケ・油				給食 椀
	マカロニサラダ	ツイストマカロニ ●マヨネーズ(→青じそドレッシング)		コーン・ブロッコリー・人参		
	ロールパン	ロールパン				
5水	トマトスープ			キャベツ・玉ねぎ・ほうれん草 トマトビュレ・トマト	鶏がらスープ・塩	給食 小皿
	牛乳・いりこ					
	サバの塩こうじ焼	油	サバ		塩麹	
6木	いんげん豆ともやしのお浸し			いんげん・もやし・人参	醤油・みりん・かつおだし	給食 小皿
	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦		しめじ・玉ねぎ・ワカメ	かつおだし	
	味噌汁			オレンジ	麦茶	
7金	フルーツ(オレンジ)					給食 小皿
	牛乳・いりこ・お茶					
	ささみフリッター	油	●鶏ささみフリッター (→チキンフリール)			
8土	ほうれん草のゆかり和え			ほうれん草・白菜 人参・ゆかり	醤油・みりん・かつおだし	給食 小皿
	野菜とえりんぎのソテー	油		エリンギ・玉ねぎ・コーン	チキンコンソメ	
	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦		バナナ	麦茶	
9日	フルーツ(バナナ)					給食 小皿
	牛乳・いりこ					
	味噌ラーメン	中華麺・油	豚肉・合わせ麦みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ 青ねぎ・にんにく・しょうが	鶏がらスープ・醤油・塩	
10月	オニオンフライ	油		オニオンリング		給食 小皿
	フルーツ(バナナ)			バナナ	麦茶	
	牛乳・いりこ					
11火	ポークカレー	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油	豚肉	にんにく・しょうが 玉ねぎ・人参	カレーフレーク クチャップ・ウスターソース	給食 小皿
	ツナと胡瓜のサラダ		まぐろフレーク	きゅうり・コーン・キャベツ	玉ねぎドレッシング	
	ぶどうかん	砂糖		寒天・ぶどうジュース		
12水	牛乳・いりこ				麦茶	給食 小皿
	マーメイドチキン	小麦粉・油・オレンジマレード	鶏肉	しょうが	塩・醤油・みりん	
	マセドアンサラダ	さつまいも ●マヨネーズ (→フレンチドレッシング)	ちくわ	きゅうり	塩	
13木	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦		ワカメ・もやし	鶏がらスープ 麦茶	給食 小皿
	ワカメスープ					
	牛乳・いりこ					
14金	スペイン風オムレツ	じゃが芋・油	●卵(→じゃが芋)・低脂肪乳 粉チーズ・ウィンナー	玉ねぎ・人参 大根・オクラ	塩・チキンコンソメ クチャップ	給食 小皿
	しらすと大根のサラダ		しらす干し	青ねぎ・もやし・大根	青じそドレッシング	
	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦		オレンジ	チキンコンソメ 麦茶	
15土	スープ				麦茶	給食 小皿
	フルーツ(オレンジ)					
	牛乳・いりこ					
16日	鶏肉のカレー風味焼	小麦粉・油	鶏肉	キャベツ・きゅうり 人参・玉ねぎ 大根・コーン	塩・カレー粉・鶏がらスープ	給食 小皿
	コールスローサラダ				青じそドレッシング	
	大根のスープ煮	油			チキンコンソメ 醤油・みりん	
17月	平天ソテー					給食 小皿
	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦			麦茶	
	牛乳・いりこ・お茶					

*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 日	献立名	材 料				食器
		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・藻類・くだもの類	その他	
★ 19水	トンカツ	油			ポークカツ	給食 椀
	切干大根サラダ	砂糖・調ごま油			切干大根・人参・いんげん	
	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦			醤油・穀物酢・みりん	
20木	スープ			キャベツ・玉ねぎ	チキンコンソメ	給食 小皿
	ももゼリー				ももゼリー	
	牛乳・いりこ				麦茶	
21金	サバの味噌照焼	砂糖・油			サバ・合わせ麦みそ	給食 小皿
	ビーフソテー	ビーフ・油			玉ねぎ・人参・ピーマン	
	胡瓜とわかめの酢の物	砂糖			きゅうり・ワカメ	
22土	ウィンナーソテー	油			タコウィンナー	給食 小皿
	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦			麦茶	
	牛乳・いりこ・お茶					
23日	五目うどん	うどん			豚肉	給食 小皿
	ちくわの磯辺揚	小麦粉・油			ちくわ	
	フルーツ(バナナ)				あおさのり	
24月	牛乳・いりこ				バナナ	給食 小皿
	照焼ハンバーグ	油・砂糖・片栗粉			ハンバーグ	
	ポテトサラダ	じゃが芋・●マヨネーズ(→なし)			きゅうり・人参・玉ねぎ	
25火	ロールパン				ロールパン	給食 小皿
	スープ				コーン・小松菜	
	牛乳・いりこ				チキンコンソメ	
26水	とん平焼	油・●マヨネーズ(→なし)	●卵(→豆腐)・豚肉		キャベツ・玉ねぎ・あおさのり	給食 小皿
	春雨サラダ	はるさめ・油・砂糖			さつま揚げ	
	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦			ブロッコリー・人参	
27木	味噌汁	麩			合わせ麦みそ	給食 小皿
	牛乳・いりこ				牛乳・いりこ	
	ハムカツ	油			ハムカツ	
28金	キャベツの和風サラダ	砂糖・オリーブ油			キャベツ・ほうれん草・人参	給食 小皿
	ちくわの甘辛焼	油・砂糖			ちくわ	
	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦			バナナ	
29土	フルーツ(バナナ)					給食 小皿
	牛乳・いりこ・お茶				麦茶	
	アジの煮付け	砂糖			あじ	
30日	ごぼうサラダ	砂糖・●マヨネーズ (→フレンチドレッシング)			しょうが	給食 小皿
	わかめごはん	滋賀県産こしひかり・押麦			ごぼう・人参・きゅうり・コーン	
	すまし汁				わかめごはんの素	
31月	フルーツ(オレンジ)				小松菜・えのきだけ・青ねぎ	給食 小皿
	牛乳・いりこ				かつおだし・醤油・塩	
					麦茶	

