



2019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489Kcal 脂質15.5g	タンパク質16.7g カルシウム195mg
-------	-------------------------	--------------------------



<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	献立名	材 料				食類
		黄く かや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	赤く 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑く からだの調子を整えるもの 野菜類・海藻類・くだもの類	その他	
1月	あんかけ肉団子	油・砂糖・片栗粉	チキンボール		醤油・みりん・鶏がらスープ	給食
	パンブキンサラダ	●マヨネーズ (→フレンチドレッシング)		かぼちゃ・きゅうり・玉ねぎ	塩	給食
3水	ロールパン スープ	ロールパン		ワカメ・大根・玉ねぎ	チキンコンソメ	給食
	牛乳・いりこ		牛乳・いりこ			給食
4木	アジのカレー煮	小麦粉・砂糖	アジ	しょうが ブロッコリー・人参	塩・カレー粉・醤油・酒・かつおだし 醤油・みりん・かつおだし	給食 小皿
	ブロッコリーのお浸し	滋賀県産こしひかり・押麦 麩		小松菜・えのきだけ バナナ	かつおだし・醤油・塩	給食 小皿
5金	麦入りごはん				麦茶	給食
	すまし汁					給食
6土	フルーツ (バナナ)					給食
	牛乳・いりこ					給食
7日	豚肉の甘辛煮	油・砂糖	豚肉	玉ねぎ・人参・大根	かつおだし・醤油・みりん・酒	給食
	白菜とほうれん草の 梅風味和え			白菜・ほうれん草 人参・しそ練り梅 かぼちゃ	醤油・みりん・かつおだし	給食
8月	かぼちゃの甘露	砂糖			塩	給食
	ちくわの天ぷら	小麦粉・油	ちくわ			給食
9月	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦	牛乳・いりこ		麦茶	給食
	牛乳・いりこ					給食
10水	七塔ちらし	滋賀県産こしひかり・砂糖		人参・干しいたけ・コーン・オクラ	穀物酢・塩・醤油・みりん・かつおだし	給食
	星のミートコロッケ	星のミートコロッケ・油	かつお節	キャベツ・ほうれん草	醤油・かつおだし	給食
11木	キャベツのおかか和え	砂糖		ワカメ・青ねぎ	かつおだし・醤油・塩	給食
	にゅうめん					給食
12金	お星さまゼリー	お星さまゼリー	牛乳・いりこ		麦茶	給食
	牛乳・いりこ					給食
13土	メンチカツ	油	●メンチカツ(→ハムカツ)			給食
	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・玉ねぎ・ドライパセリ	ケチャップ・塩	給食
14日	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦	合わせ麦みそ	大根・小松菜	かつおだし	給食
	味噌汁		牛乳・いりこ		麦茶	給食
15月	牛乳・いりこ					給食
	カレーライス	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油	牛肉	玉ねぎ・人参・生姜・にんにく	カレー粉・ケチャップ・ウスターソース	給食
16水	切干大根サラダ	砂糖・ごま油		切干大根・コーン・きゅうり	醤油・穀物酢・みりん	給食
	ぶどうかん	砂糖		寒天・ぶどうジュース		給食
17木	牛乳・いりこ				麦茶	給食
	鶏肉の照焼	油・砂糖	鶏肉	しょうが	醤油・みりん	給食
18金	切干大根の煮物	油・砂糖		切干大根・人参	かつおだし・醤油・みりん	給食
	小松菜のごま酢和え	砂糖・白ごま	うす揚げ	小松菜	穀物酢・醤油	給食
19土	中華ポテト	さつま芋・油・砂糖				給食
	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦	牛乳・いりこ		麦茶	給食
20日	牛乳・いりこ					給食
	焼そば	中華麺・油・片栗粉	ちくわ	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・もやし	酒・中濃ソース・醤油	給食
21月	チキンナゲット	油	●チキンナゲット(→ポテトフライ)			給食
	ツナサラダ			きゅうり・ワカメ	玉ねぎドレッシング	給食
22水	フィナンシェ	●ミニマフィン(→ミニゼリー)	いりこ	りんごジュース	麦茶	給食
	りんごジュース					給食
23木	牛肉コロッケ	コロッケ・油		人参・玉ねぎ・ドライパセリ	チキンコンソメ・塩	給食
	マカロニのソテー	ツイストマカロニ・油		大根・ブロッコリー	チキンコンソメ	給食
24金	大根スープ煮	油・砂糖	ちくわ		醤油・みりん	給食
	ちくわの甘辛炒め	滋賀県産こしひかり・押麦	牛乳・いりこ		麦茶	給食
25土	麦入りごはん					給食
	牛乳・いりこ					給食
26日	サバの旨煮	砂糖	サバ	しょうが	ウスターソース・醤油・酒	給食
	ひじきサラダ	砂糖		ひじき・人参・コーン	かつおだし・醤油・みりん	給食
27月	さつま芋の天ぷら	さつま芋・小麦粉・油			フレンチドレッシング	給食
	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦	牛乳・いりこ	バナナ	塩	給食
28水	フルーツ (バナナ)					給食
	牛乳・いりこ				麦茶	給食

★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	献立名	材 料				食類
		黄く かや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	赤く 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑く からだの調子を整えるもの 野菜類・海藻類・くだもの類	その他	
19金	鶏肉の和風ムニエル	砂糖・小麦粉・油	鶏肉			給食
	ブロッコリーとわかめのサラダ			ブロッコリー・ワカメ		給食
20土	コーンと人参のスープ煮	滋賀県産こしひかり・押麦		コーン・人参		給食
	麦入りごはん			オレンジ		給食
21日	フルーツ (オレンジ)					給食
	牛乳・いりこ					給食
22月	サケのムニエル	小麦粉・油	サケ			給食
	昆布イリチー	油・砂糖	かつお節	きさみ昆布・切干大根・人参・干しいたけ		給食
23火	ぼうれん草とキャベツのおかか和え	滋賀県産こしひかり・押麦		ほうれん草・キャベツ		給食
	麦入りごはん			オレンジ		給食
24水	フルーツ (オレンジ)					給食
	牛乳・いりこ					給食
25木	牛肉のごま風味炒め	油・砂糖・白ごま	牛肉	玉ねぎ・いんげん・しめじ		給食
	焼かぼちゃ	油	高野豆腐	かぼちゃ		給食
26金	高野豆腐の含め煮	砂糖		人参		給食
	大根と胡瓜の酢の物	砂糖		大根・きゅうり		給食
27土	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦	牛乳・いりこ		麦茶	給食
	牛乳・いりこ					給食
28日	大豆と豚肉のおこわ	滋賀県産こしひかり・もち米	大豆・豚肉・うす揚げ	しめじ・人参		給食
	春巻	油		ミニ春巻		給食
29月	ゆでとうもろこし	はるさめ・ごま油・砂糖・白ごま		赤パプリカ・きゅうり		給食
	フルーツ (バナナ)			とうもろこし		給食
30火	牛乳・いりこ			バナナ		給食
	鶏肉の唐揚げ	小麦粉・片栗粉・油	鶏肉	しょうが		給食
31水	わかめサラダ			ワカメ・人参・コーン		給食
	ブロッコリーのお浸し	滋賀県産こしひかり・押麦		ブロッコリー・人参		給食
19日	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦				給食
	牛乳・いりこ					給食
20月	厚揚げの肉味噌田楽	砂糖・片栗粉	厚揚げ・合ミンチ			給食
	ツナと野菜のソテー	油	じゃが芋	人参・キャベツ		給食
21火	ふき芋あおさ味	油		あおさのり		給食
	しらすとしそのごはん	滋賀県産こしひかり		大葉		給食
22水	フルーツ (オレンジ)			オレンジ		給食
	牛乳・いりこ					給食
23木	照焼ハンバーグ	油・砂糖・片栗粉	ハンバーグ	コーン		給食
	スパゲティサラダ	スパゲティ		カリフラワー・ブロッコリー・人参		給食
24金	花野菜の洋風煮					給食
	揚げおさつ	さつま芋・油				給食
25土	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦	牛乳・いりこ		麦茶	給食
	牛乳・いりこ					給食
26日	アジの煮付け	砂糖	あじ	しょうが		給食
	がんもの煮物	砂糖	一口がんも	人参・大根		給食
27月	チンゲンサイと白菜の塩昆布和え	滋賀県産こしひかり・押麦		チンゲン菜・白菜・人参・塩昆布		給食
	麦入りごはん			オレンジ		給食
28火	フルーツ (オレンジ)					給食
	牛乳・いりこ					給食
29水	夏の麻婆豆腐	油・油・砂糖・片栗粉	豆腐・合ミンチ	しょうが・玉ねぎ		給食
	ちくわの青のり焼	油・砂糖	ちくわ	かぼちゃ・ピーマン・茄子		給食
30木	キャベツのレモン和え	砂糖		キャベツ・きゅうり		給食
	麦入りごはん	滋賀県産こしひかり・押麦	牛乳・いりこ	バナナ		給食
31金	フルーツ (バナナ)					給食
	牛乳・いりこ					給食

