



2019年 11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◇ カや体温となるもの	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			
1	金	ウインナーとほうれん草のキッシュ キャベツのフレンチサラダ 麦入りごはん スープ フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	じゃが芋・油 滋賀県産こしひかり・押麦	●卵(→なし 他の具多目) 豆乳・ウインナー 	ほうれん草 キャベツ・ブロッコリー・人参・玉ねぎ 大根・ワカメ オレンジ	塩・チキンコンソメ・ケチャップ フレンチドレッシング チキンコンソメ 麦茶	絵皿 小皿 椀	
6	水	マーマレードチキン 白菜と小松菜のごま和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	小麦粉・油・オレンジマーマレード 白ごま 滋賀県産こしひかり・押麦 麩 	鶏肉 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	生姜 白菜・小松菜・人参 青ねぎ・玉ねぎ りんご	塩・醤油・みりん 醤油・みりん・かつおだし かつおだし 麦茶	絵皿 小皿 椀 	
7	木	ハンバーグマトソース 春雨サラダ 麦入りごはん スープ 牛乳・いりこ	油 はるさめ・油 滋賀県産こしひかり・押麦	ハンバーグ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマト 人参・ピーマン・コーン 大根・ほうれん草	ケチャップ 青じそドレッシング チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀	
8	金	焼豚チャーハン ちくわとわかめのサラダ 中華スープ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・油・ごま油 油・砂糖	焼豚・●卵(→なし) ちくわ 	玉ねぎ・青ねぎ ワカメ・きゅうり・人参 もやし・ブロッコリー・しめじ バナナ	塩・鶏がらスープ 穀物酢・醤油 鶏がらスープ 麦茶	絵皿 椀	
11	月	サゲの香草焼 ミックスサラダ 麦入りごはん スープ フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	オリーブ油 砂糖・オリーブ油 滋賀県産こしひかり・押麦	サゲ 牛乳・いりこ	ドライパセリ キャベツ・ほうれん草・人参 白菜・コーン オレンジ	塩 穀物酢・塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 小皿 椀	
13	水	ミートボールとさつま芋のシチュー おかかサラダ ロールパン フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	さつま芋・油 砂糖 ロールパン 	チキンボール・牛乳 かつお節 牛乳・いりこ	玉ねぎ・しめじ・グリーンピース 小松菜・人参・大根 バナナ	クリームシチューの素 醤油・穀物酢・みりん 麦茶	丼 絵皿	
★	20	水	焼そば おさつサラダ スープ フィナンシェ 牛乳・いりこ	中華麺・油・片栗粉 さつま芋・●マヨネーズ (→フレンチドレッシング) ●フィナンシェ(→ミニゼリー)	豚肉 牛乳・いりこ	キャベツ・玉ねぎ 赤パプリカ・ピーマン・もやし きゅうり・人参 ブロッコリー・しめじ・もやし	酒・中濃ソース・醤油 塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
22	金	カレーライス マカロニサラダ ぶどうかん 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 ツイストマカロニ ●マヨネーズ(→青じそドレッシング) 砂糖	牛肉 牛乳・いりこ	生姜・にんにく・玉ねぎ・人参 きゅうり・コーン 寒天・ぶどうジュース	カレーフレーク・ケチャップ・ウスターソース 塩 麦茶	絵皿 小皿 椀	
25	月	チキンカツ 切干大根サラダ ロールパン わかめスープ 牛乳・いりこ	油 砂糖 ロールパン 	●チキンカツ (→白身魚フライ) 牛乳・いりこ	切干大根・人参・ピーマン ワカメ・玉ねぎ	醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ	絵皿 椀	
27	水	豚骨ラーメン 胡瓜ともやしの中華和え 星ポテト 牛乳・いりこ	中華麺・油 ごま油 星ポテト・油	豚肉 牛乳・いりこ	キャベツ・玉ねぎ・人参・青ねぎ きゅうり・もやし・コーン	醤油・鶏がらスープ・塩 醤油・みりん・鶏がらスープ 塩 麦茶	丼 小皿 椀	
29	金	サバの塩焼 白菜とブロッコリーの梅風味和え 麦入りごはん 豚汁 牛乳・いりこ	油 滋賀県産こしひかり・押麦 こんにゃく	サバ 豚肉・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	白菜・ブロッコリー・黄パプリカ・練り梅 大根・ごぼう・人参・青ねぎ	醤油・みりん・かつおだし かつおだし 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もありますので、ご了承下さい。

平均栄養価	エネルギー457Kcal	タンパク質157g
	脂質15.3g	カルシウム189mg

