



2020年 2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484Kcal 脂質14.8g	タンパク質16.4g カルシウム187mg
-------	-------------------------	--------------------------

<アレルギー表示 - 卵（アレルギー対応内注）> *そばの入った食材は使用しておりません。

日付	曜日	献立名	材 料				食器
			黄◇ カや体温となるもの 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・薬類・くだもの類	その他	
3月		クルルのおさつ クリームシチュー ミニアメリカンドッグ グリーンサラダ ロールパン 牛乳・いりこ	さつまいも・油 ツイストマカロニ ミニアメリカンドッグ・油 油・砂糖 ロールパン	豚肉・牛乳 	人参・玉ねぎ・グリーンピース フロccoliリー・きゅうり・キャベツ	クリームシチューの素 穀物酢・醤油 	丼 給皿
5水		サバの塩焼 ほうれん草と もやしの和え物 麦入りごはん 具だくさん汁 牛乳・いりこ	油 米（国産）・押麦 こんにやく	サバ うす揚げ 牛乳・いりこ	ほうれん草・もやし 大根・人参・ワカメ	塩 醤油・みりん・かつおだし かつおだし・醤油・塩 麦茶	給皿 椀
6木		鶏肉のカレー風焼 白菜とフロccoliリーのサラダ 野菜の洋風煮 焼かぼちゃ 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・油 油 米（国産）・押麦	鶏肉 	白菜・フロccoliリー 人参・大根 かぼちゃ	塩・チキンコンソメ・カレー粉 セミセバゆずしょうゆ チキンコンソメ 塩 麦茶	給皿 小皿
7金		牛肉ときのこの和風カレー ポテトサラダ ぶどうかん 牛乳・いりこ	米（国産）・油 じゃが芋・マヨネーズ（←なし） 砂糖	牛肉 牛乳・いりこ	大根・だし昆布・人参 しめじ・エリンギ・えのきだけ きゅうり・コーン 寒天・ぶどうジュース	カレーフレーク 塩 麦茶 	丼 小皿 椀
10月		ツナとポテトのオムレツ 春雨サラダ 麦入りごはん スープ 牛乳・いりこ	じゃが芋・油 はるさめ・油 米（国産）・押麦	●鶏（←グリルチキン） 豆乳・まぐろフレーク	玉ねぎ・ドライパセリ ピーマン・人参 白菜・ワカメ	塩・チキンコンソメ・ケチャップ 玉ねぎドレッシング チキンコンソメ 麦茶	給皿 椀
12水		あなかカレーメン 中華ポテト フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ	中華麺・油・片栗粉 さつまいも・油・砂糖	豚肉	玉ねぎ・人参・コーン 小松菜・キャベツ バナナ	醤油・丸鶏がらスープ 塩・醤油ラーメンスープ 醤油 麦茶 	丼 小皿
★	13木	ハートのミートコロッケ 野菜マカロニサラダ 麦入りごはん ロールパン ココアワッフル 牛乳・いりこ	ハートのミートコロッケ・油 ツイストマカロニ マヨネーズ（←フレンチドレッシング） 米（国産）・押麦 ロールパン		人参・玉ねぎ・ほうれん草	塩 ココアワッフル（←ミニゼリー）	給皿 椀
14金		アジの煮付け わかめとキャベツの酢の物 きんぴらごぼう ポテトフライ 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	砂糖 砂糖 油・砂糖 フライドポテト・油 米（国産）・押麦	あじ 	おろし生姜 ワカメ・キャベツ ごぼう・人参	醤油・酒・かつおだし 穀物酢・醤油 かつおだし・醤油・みりん・酒 塩 麦茶	給皿 小皿

*の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。

日付	曜日	献立名	材 料				食器
			黄◇ カや体温となるもの 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・薬類・くだもの類	その他	
17月		白身魚フライ 大根のさっぱりサラダ ビーフンソテー かぼちゃの甘煮 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	油 ビーフン・油 砂糖 米（国産）・押麦	白身フライ かつお節 ウィンナー	大根・いんげん・コーン 玉ねぎ・人参・ピーマン かぼちゃ	青じそドレッシング 丸鶏がらスープ 麦茶	丼 給皿
19水		そばうどん ちくわの甘辛炒め フルーツ（みかん） 牛乳・いりこ	うどん・油・砂糖 油・砂糖 	鶏ミンチ ちくわ 牛乳・いりこ	大根・ワカメ・いんげん みかん	醤油・みりん・酒 かつおだし・昆布つゆ・塩 醤油・みりん 麦茶	丼 小皿
20木		肉団子の甘酢炒め ナムル さつまいもの旨煮 麦入りごはん フルーツ（りんご） 牛乳・いりこ・お茶	油・砂糖・片栗粉 白ごま・砂糖・ごま油 さつまいも 米（国産）・押麦	チキンボール	切干大根・人参・ほうれん草・もやし りんご 	穀物酢・醤油 ケチャップ・丸鶏がらスープ 醤油・塩 醤油・みりん・かつおだし 麦茶	給皿 小皿
21金		麻婆丼 小松菜のおかか和え 中華スープ フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ	米（国産）・油・砂糖・片栗粉 はるさめ・白ごま	豆腐・豚ミンチ・赤味噌 かつお節	おろし生姜・にんにく・玉ねぎ 小松菜・もやし コーン・青ねぎ バナナ	醤油・酒・丸鶏がらスープ 醤油・みりん・かつおだし 丸鶏がらスープ 麦茶	丼 小皿 椀
26水		フライドチキン フロccoliリーとしらすのサラダ 麦入りごはん スープ フルーツ（りんご） 牛乳・いりこ	砂糖・マヨネーズ（←なし） 片栗粉・油 米（国産）・押麦 じゃが芋	鶏肉 しらす干し 	にんにく・おろし生姜 フロccoliリー・もやし 玉ねぎ・人参 りんご	塩・丸鶏がらスープ 玉ねぎドレッシング チキンコンソメ 麦茶	給皿 椀
27木		豚肉と野菜の味噌炒め 白菜のゆかり和え ほうれん草とキャベツのごま和え 麦入りごはん フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ・お茶	油・砂糖 白ごま 米（国産）・押麦	豚肉・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・ごぼう 人参・おろし生姜 白菜・いんげん・ゆかり ほうれん草・キャベツ バナナ	醤油・みりん 醤油・みりん・かつおだし 麦茶	給皿 小皿
28金		ハンバーグ デミグラスソース コールスローサラダ 麦入りごはん スープ 牛乳・いりこ	油 マヨネーズ（←フレンチドレッシング） 砂糖 米（国産）・押麦	ハンバーグ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマトピューレ コーン・キャベツ・人参	赤ワイン風調味料 みりん・ハヤシフレーク ケチャップ・塩 塩・穀物酢 チキンコンソメ 麦茶	給皿 椀

