



2020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・藻類・くだもの類	その他	
2月		星のミートコロッケ ちくわとわかめのサラダ 麦入りごはん スープ 牛乳・いりこ	星のミートコロッケ・油 米（国産）・押麦	ちくわ	ワカメ・きゅうり・人参 玉ねぎ・コーン	青じそドレッシング チキンコンソメ 麦茶	給皿 椀
3月	火	照焼ハンバーグ ブロッコリーサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ ひなあられ	油・砂糖・片栗粉 ロールパン	ハンバーグ 	ブロッコリー・キャベツ・赤パプリカ 小松菜・大根	醤油・みりん・酒 玉ねぎドレッシング チキンコンソメ ひなあられ	給皿 椀
5月	木	鶏肉の唐揚げ しらすと白菜のサラダ 大根と胡瓜の酢の物 麦入りごはん フルーツ（オレンジ） お茶・牛乳・いりこ	片栗粉・油 油・砂糖 砂糖 米（国産）・押麦	鶏肉 しらす干し	おろし生姜 白菜・人参 大根・きゅうり オレンジ	醤油・酒 醤油・穀物酢 穀物酢・醤油	
6月	金	野菜醤油ラーメン ちくわの磯辺揚げ フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ	中華麺・油 小麦粉・油	豚肉 ちくわ	玉ねぎ・人参・コーン もやし・ほうれん草 あおさのり バナナ	醤油・丸鶏がらスープ 塩・醤油ラーメンスープ 塩 麦茶	丼 小皿
9月	月	メンチカツ マカロニサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	油 ツイストマカロニ ●マヨネーズ （→フレンチドレッシング） ロールパン	●メンチカツ （→ハンムカツ）	玉ねぎ・コーン ドライパセリ ブロッコリー・キャベツ	塩 チキンコンソメ	給皿 椀
11月	水	カレーライス 切干大根サラダ ももゼリー 牛乳・いりこ	米（国産）・じゃが芋・油 砂糖・ごま油 ももゼリー	牛肉 さつま揚げ	にんにく・生姜 玉ねぎ・人参 切干大根・きゅうり	カレーフレーク ケチャップ ウスターソース 醤油・穀物酢・みりん 麦茶	給皿 小皿
12月	木	赤魚の味噌煮 ポテトフライ ブロッコリーの梅風味和え 麦入りごはん フルーツ（バナナ） お茶・牛乳・いりこ	砂糖 フライドポテト・油 米（国産）・押麦	赤魚・合わせ麦みそ	おろし生姜 ブロッコリー・人参・しそ練り梅 バナナ	醤油・みりん・酒 塩 醤油・みりん・かつおだし 麦茶	
13月	金	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 お茶・牛乳・いりこ	砂糖・小麦粉・油 油 油・砂糖 白ごま 米（国産）・押麦	鶏肉 ちくわ いりこ・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・かつおだし 麦茶	
16月	月	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） お茶・牛乳・いりこ	片栗粉・油・砂糖 はるさめ・油 砂糖 米（国産）・押麦	まだら	おろし生姜 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	

*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・藻類・くだもの類	その他	
18月	水	ハムカツ 切干大根サラダ ツナとほうれん草のソテー 蒸かぼちゃ 麦入りごはん お茶・牛乳・いりこ	油 砂糖・ごま油 油 米（国産）・押麦	ハムカツ まぐろフレーク	切干大根・人参・きゅうり ほうれん草・玉ねぎ かぼちゃ	醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ 塩 麦茶	
19月	木	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（バナナ） お茶・牛乳・いりこ	米（国産）・砂糖・白ごま 油 砂糖	いなり用揚げ サバ 小松菜・人参 かぼちゃの旨煮 フルーツ（バナナ）	小松菜・人参 かぼちゃ バナナ	麦茶 穀物酢・塩 塩 醤油・みりん・かつおだし かつおだし・醤油・みりん 麦茶	
23月	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） お茶・牛乳・いりこ	油 米（国産）・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・丸鶏がらスープ 麦茶	
24月	火	豚肉のおかか炒め 中華サラダ ブロッコリーの塩昆布和え じゃが芋の洋風煮 麦入りごはん お茶・牛乳・いりこ	油・砂糖 砂糖・ごま油 じゃが芋 米（国産）・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 ブロッコリー・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	
25月	水	サバの漬け焼き ウィ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） お茶・牛乳・いりこ	砂糖 油 砂糖 米（国産）・押麦	サバ ウィンナー おろし生姜 チンゲン菜・もやし 人参・ワカメ	醤油・酒 チキンコンソメ 穀物酢・醤油 バナナ		
26月	木	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（オレンジ） お茶・牛乳・いりこ	米（国産）・油 ごま油 スパゲティ・油 油・片栗粉	豚肉 しらす干し チキンボール	玉ねぎ・人参・コーン・ピーマン 白菜・小松菜 玉ねぎ オレンジ	丸鶏がらスープ 醤油・みりん・丸鶏がらスープ 塩・チキンコンソメ ケチャップ・丸鶏がらスープ・みりん 麦茶	
27月	金	タラの照焼 野菜のソテー 切干大根の煮物 麦入りごはん フルーツ（りんご） お茶・牛乳・いりこ	油・砂糖 油 油・砂糖 米（国産）・押麦	まだら うす揚げ	おろし生姜 ブロッコリー・もやし・玉ねぎ 切干大根・人参 りんご	醤油・みりん チキンコンソメ かつおだし・醤油・みりん 麦茶	
30月	月	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 お茶・牛乳・いりこ	小麦粉・油・砂糖 砂糖 マロニー・ごま油・砂糖 米（国産）・押麦	鶏肉 かつお節	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・かつおだし 穀物酢・醤油 麦茶		
31月	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 お茶・牛乳・いりこ	砂糖・片栗粉・油 じゃが芋 油・砂糖・白ごま 砂糖 米（国産）・押麦	アジ ごぼう・人参・ピーマン きゅうり・ワカメ	おろし生姜 醤油・みりん・かつおだし 醤油・みりん・酒・かつおだし 穀物酢・醤油 麦茶		



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、お気軽に申し出てください。

