



2020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 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	サケの香草焼 ミックスサラダ ロールパン かぼちゃ豆乳スープ 牛乳・いりこ	オリーブ油 砂糖・オリーブ油 ロールパン	さけ 	ドライパセリ キャベツ・ほうれん草・人参 コーン・玉ねぎ かぼちゃ・ドライパセリ	塩 酢・塩 チキンコンソメ	絵皿 椀	
4	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・マーマレード 白ごま 米(国産)・押麦 おつゆ麩	鶏肉 合わせみそ 牛乳・いりこ	しょうが 白菜・小松菜・人参 玉ねぎ りんご	塩・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし 麦茶	絵皿 椀 	
6	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 砂糖 米(国産)・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・わかめ オレンジ	塩・チキンコンソメ トマトケチャップ フレンチドレッシング チキンコンソメ 麦茶	絵皿 小皿 椀	
9	月	カレーライス マカロニサラダ ぶどうかん 牛乳・いりこ	米(国産)・じゃが芋・油 マカロニ ●マヨネーズ(→青じそドレッシング) 砂糖	牛肉 	しょうが・にんにく 玉ねぎ・人参 ブロッコリー・コーン 寒天・ぶどうジュース	カレーフレーク トマトケチャップ ウスターソース 塩 麦茶	絵皿 小皿 椀	
11	水	豚骨ラーメン いんげんと もやし中華和え フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	中華麺・油 ごま油	豚肉 牛乳・いりこ	キャベツ・玉ねぎ 人参・ほうれん草 さやいんげん 緑豆もやし・コーン バナナ	醤油・丸鶏がらスープ 塩・豚骨ラーメンスープ 醤油・本みりん・鶏がらスープ 麦茶	丼 小皿	
12	木	ささみ梅フライ ツナと小松菜のサラダ 麦入りごはん ミネストローネ風スープ 牛乳・いりこ	油 米(国産)・押麦 マカロニ・じゃが芋	●ささみ梅フライ(→ハムカツ) ツナフレーク ウインナー 牛乳・いりこ	人参・小松菜・大根 玉ねぎ・トマトピューレ・トマト	玉ねぎドレッシング チキンコンソメ・塩 麦茶	絵皿 椀	
18	水	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(オレンジ) 牛乳・いりこ	米(国産)・油・ごま油 油・砂糖	焼豚・●卵(→なし) ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・青ねぎ わかめ・きゅうり・人参 緑豆もやし・ブロッコリー オレンジ	丸鶏がらスープ・塩 酢・醤油 丸鶏がらスープ 麦茶	絵皿 椀	
20	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 米(国産)・押麦 つきこんにやく	さば 豚肉・合わせみそ 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・ほうれん草	醤油・本みりん・だし だし 麦茶	絵皿 椀 	
24	火	ハンバーグトマトソース 春雨サラダ ロールパン ミニシチュー 牛乳・いりこ	油 春雨・油 ロールパン じゃが芋	ハンバーグ 鶏肉・牛乳 牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマト さやいんげん・コーン 人参・玉ねぎ・グリーンピース	トマトケチャップ 青じそドレッシング クリームシチューミックス	絵皿 椀	
★	25	水	焼そば おさつサラダ スープ ベアクリームワッフル 牛乳・いりこ	中華麺・油・でん粉 さつまいも・●マヨネーズ (→フレンチドレッシング) ●ベアクリームワッフル(→ミニゼリー)	豚肉 牛乳・いりこ	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン きゅうり・人参 ブロッコリー・緑豆もやし	料理酒・中濃ソース・醤油 塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
27	金	ミートボールと さつまいものシチュー おかかサラダ ロールパン アップルゼリー 牛乳・いりこ	さつまいも・油 砂糖 ロールパン りんごゼリー	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	クリームシチューミックス 醤油・酢・本みりん	丼 絵皿	
30	月	チキンカツ 切干大根サラダ 麦入りごはん コーンポテトスープ 牛乳・いりこ	油 砂糖 米(国産)・押麦 じゃが芋	●チキンカツ(→白身魚フライ) 豆乳 牛乳・いりこ	切干大根・人参・ほうれん草 クリームコーン・コーン 玉ねぎ・ドライパセリ	醤油・酢・本みりん チキンコンソメ 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456Kcal	タンパク質15.8g
	脂質14.7g	カルシウム189mg

