



# 2021年 1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おりません。

\*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・薬類・くだもの類	その他		
8	金	カレーライス 切干大根サラダ りんごかん 牛乳・いりこ	米(国産)・じゃが芋・油 砂糖・ごま油 砂糖 	豚肉 さつま揚げ 牛乳・いりこ	にんにく・しょうが 玉ねぎ・人参 切干大根・きゅうり 寒天・りんごジュース	カレーフレーク トマトケチャップ ウスターソース 醤油・酢・本みりん 麦茶	絵皿 小皿 椀	
12	火	チキンパン粉焼 ツナサラダ ロールパン スープ ピーチゼリー 牛乳・いりこ	油・砂糖 砂糖 ロールパン ももゼリー	チキンのパン粉焼(バジル) ツナフレーク 牛乳・いりこ 	キャベツ・人参 ほうれん草・大根	トマトケチャップ サウザンアイランドドレッシング チキンコンソメ	絵皿 椀	
13	水	のっぺうどん ちくわの磯辺揚 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	うどん・でん粉 小麦粉・油	豚肉 ちくわ 牛乳・いりこ	大根・生しいたけ・小松菜 あおさのり バナナ	だし・白だし・塩 麦茶	丼 小皿	
15	金	ハンバーグトマトソース 春雨サラダ 麦入りごはん 豆乳スープ 牛乳・いりこ	油・砂糖 春雨・油 米(国産)・押麦 	ハンバーグ 豆乳 牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマト きゅうり・人参 かぼちゃ・ブロッコリー	トマトケチャップ 青じそドレッシング チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀	
18	月	牛肉コロッケ マカロニサラダ ロールパン コーンスープ 牛乳・いりこ	牛肉コロッケ・油 ツイストマカロニ ●マヨネーズ (→フレンチドレッシング) ロールパン 	豆乳 牛乳・いりこ	人参・キャベツ クリームコーン・コーン・玉ねぎ	塩 チキンコンソメ	絵皿 椀	
19	火	サケの香草焼 ほうれん草のサラダ 麦入りごはん ミネストローネ風スープ 牛乳・いりこ	オリーブ油 米(国産)・押麦 マカロニ・じゃが芋	さけ ウインナー 牛乳・いりこ	ドライパセリ ほうれん草・緑豆もやし・黄パプリカ 玉ねぎ・トマトピューレ・トマト	塩 玉ねぎドレッシング チキンコンソメ・塩 麦茶	絵皿 椀	
★	20	水	洋風そばろ寿司 ちくわとキャベツのサラダ かき玉汁 レモンケーキ 牛乳・いりこ	米(国産)・砂糖・油 でん粉 ●レモンケーキ(→ミニゼリー)	豚ミンチ ●ロースハム(→なし) ちくわ ●卵(→なし) 牛乳・いりこ	干しいたけ・人参 きゅうり・コーン キャベツ・さやいんげん 小松菜・緑豆もやし	酢・塩・醤油 本みりん・だし 青じそドレッシング だし・醤油・塩 麦茶	絵皿 椀
22	金	ヒレカツ もやしとわかめのサラダ ロールパン パンクミンミニシチュー 牛乳・いりこ	油 ゆず醤油ドレッシング ロールパン	●ヒレカツ(→ハムカツ) 鶏肉・牛乳 牛乳・いりこ	ドライパセリ ほうれん草・緑豆もやし・人参・わかめ かぼちゃ・玉ねぎ・グリーンピース	中濃ソース クリームシチューミックス	絵皿 椀	
25	月	チキンボールの甘酢炒め ポテトサラダ 麦入りごはん ポトフ風スープ 牛乳・いりこ	油・砂糖・でん粉 じゃが芋・●マヨネーズ(→なし) 米(国産)・押麦	チキンボール ウインナー 牛乳・いりこ 	きゅうり・コーン 大根・玉ねぎ・人参・ブロッコリー	酢・醤油・トマトケチャップ・丸鶏がらスープ 塩 チキンコンソメ・塩 麦茶	絵皿 椀	
27	水	高野豆腐のそばろ丼 春巻 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 油 おつゆ麩	凍り豆腐・鶏ひき肉 合わせみそ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・しょうが・グリーンピース 春巻 ほうれん草 オレンジ	醤油・料理酒・だし だし 麦茶	丼 小皿 椀	
29	金	白身魚のマリネソース ミックスサラダ ロールパン トマトビーンズスープ 牛乳・いりこ	油・砂糖 ロールパン じゃが芋 	白身魚フライ 大豆 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・人参・コーン キャベツ・ドライパセリ・トマト	フレンチドレッシング 玉ねぎドレッシング チキンコンソメ・トマトケチャップ・塩	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453Kcal	タンパク質16.6g
	脂質14.2g	カルシウム201mg

