



# 2021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471Kcal 脂質15.4g	タンパク質16.1g 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	
1月		和風ハンバーグ 春雨サラダ 麦入りごはん 具だくさんスープ 牛乳・いりこ	油・砂糖・でん粉 春雨・油・砂糖 米(国産)・押麦 じゃが芋	ハンバーグ さつま揚げ 牛乳・いりこ	ほうれん草・コーン 人参・玉ねぎ・白菜 丸鶏がらスープ	醤油・本みりん・料理酒 サウザンアイランドドレッシング	給皿 椀
3水		アジの旨煮 小松菜ともやしのごま和え 福豆ごはん 花麩のすまし汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	砂糖 白ごま 米(国産) 花麩	あじ 大豆 牛乳・いりこ	しょうが 小松菜・緑豆もやし・人参 わかめ・えのきたけ オレンジ	ウスターソース・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・料理酒・だし だし・醤油・塩 麦茶	給皿 椀
4木		チキンカツ 切干大根サラダ ロールパン コーンポテトスープ 牛乳・いりこ	油 ロールパン じゃが芋	●チキンカツ(→ハムカツ) ちくわ 豆乳 牛乳・いりこ	切干大根・人参・ブロッコリー クリームコーン・コーン・玉ねぎ・ドライパセリ	中濃ソース 青じそドレッシング チキンコンソメ	給皿 椀
5金		あんかけラーメン 中華ポテト フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	中華麺・油・でん粉 さつま芋・油・砂糖・黒ごま	豚肉 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・白菜 緑豆もやし・小松菜 りんご	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
★	8月	ハートのミートコロッケ マカロニサラダ 麦入りごはん スープ ココアワッフル 牛乳・いりこ	ハートのミートコロッケ・油 マカロニ・●マヨネーズ (→フレンチドレッシング) ロールパン ●ココアワッフル (→ミニゼリー)		玉ねぎ・コーン・ほうれん草 キャベツ・人参	塩 チキンコンソメ 麦茶	給皿 椀
9火		タラのトマト煮 和風サラダ ロールパン ポトフスープ 牛乳・いりこ		たらトマト煮	ドライパセリ	青じそドレッシング チキンコンソメ・塩	給皿 椀
10水		麻婆丼 ほうれん草のおかか和え 中華スープ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 春雨	豆腐・豚ひき肉・赤みそ かつお節 牛乳・いりこ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・グリーンピース ほうれん草・緑豆もやし 人参・わかめ バナナ	醤油・料理酒・丸鶏がらスープ 醤油・本みりん・だし 丸鶏がらスープ 麦茶	丼 小皿 椀
12金		豚とキャベツの味噌炒め 白菜のゆかり和え ちくわの照焼 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	油 油・砂糖 米(国産)・押麦	みそだれ豚カルビ ちくわ 牛乳・いりこ	キャベツ・人参・玉ねぎ 白菜・きゅうり	醤油 ゆかり 醤油・本みりん 麦茶	給皿 椀
15月		サケの塩焼 ブロッコリーと キャベツのごま和え ごぼうの味噌きんぴら 麦入りごはん フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ・お茶	油 白ごま ごま油 米(国産)・押麦	さけ 合わせみそ 牛乳・いりこ	ブロッコリー・キャベツ・人参 ごぼう・さやいんげん オレンジ	醤油・本みりん・だし 本みりん 麦茶	給皿 椀

\*日はお楽しみメニュー

\*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	
16火		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	さつま芋・油・マカロニ アメリカンドッグ・油 砂糖 ロールパン	豚肉・牛乳 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・グリーンピース ブロッコリー・さやいんげん・キャベツ	クリームシチューミックス 青じそドレッシング・フレンチドレッシング	丼 給皿
17水		焼チキン南蛮 昆布イリチー 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	でん粉・油・砂糖 ●マヨネーズ(→なし) 油・砂糖 米(国産)・押麦 おつゆ麩	鶏肉 油揚げ 合わせみそ 牛乳・いりこ	にんにく・玉ねぎ・きゅうり 細切昆布・切干大根 干しいたけ・人参・ピーマン 小松菜 りんご	塩・料理酒・酢・醤油 醤油・本みりん・だし だし 麦茶	給皿 椀
18木		サバの甘辛焼 大根と昆布の酢の物 ブロッコリーのソテー さつま芋の旨煮 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	砂糖・油 砂糖 油 さつま芋 米(国産)・押麦	さば 牛乳・いりこ	大根・人参・細切昆布 ブロッコリー	醤油・料理酒 酢・醤油 チキンコンソメ 醤油・本みりん・だし 麦茶	給皿 椀
19金		野菜コロッケ ツナサラダ 麦入りごはん かぼちゃ豆乳スープ 牛乳・いりこ	野菜コロッケ・油 砂糖 米(国産)・押麦	ツナフレーク 豆乳 牛乳・いりこ	ほうれん草・玉ねぎ・人参 コーン・玉ねぎ・かぼちゃ・ドライパセリ	サウザンアイランドドレッシング チキンコンソメ 麦茶	給皿 椀
22月		チキンボールマトソース しらすのさっぱりサラダ ロールパン スープ ぶどうゼリー 牛乳・いりこ	油 ロールパン ぶどうゼリー	チキンボール しらす 牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマト キャベツ・人参・さやいんげん 白菜・わかめ	トマトケチャップ 玉ねぎドレッシング チキンコンソメ	給皿 椀
24水		鶏肉ときのこの 和風カレーライス ポテトサラダ オレンジかん 牛乳・いりこ	米(国産)・油 じゃが芋・●マヨネーズ(→なし) 砂糖	鶏肉 牛乳・いりこ	大根・人参・しめじ エリンギ・えのきたけ きゅうり・コーン 寒天・オレンジジュース	だし・カレーフレーク 塩 麦茶	給皿 小皿 椀
25木		ハムカツ ミックスサラダ かぼちゃの甘煮 麦入りごはん フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ・お茶	油 砂糖 砂糖 米(国産)・押麦	ハムカツ ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 かぼちゃ バナナ	フレンチドレッシング 麦茶	給皿 椀
26金		サバの照焼 ほうれん草ともやしの菜種和え 麦入りごはん 具沢山味噌汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	油・砂糖 ごま油 米(国産)・押麦 つきこんにゃく	さば ●卵(→なし) 油揚げ・合わせみそ 牛乳・いりこ	ほうれん草・緑豆もやし 白菜・人参・わかめ オレンジ	醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし 麦茶	給皿 椀

