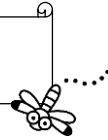




2023年 9月度 段上幼稚園メニュー



<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。

今月の旬の食材は 9/11(月) パンプキンサラダです。

*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

★の日はお楽しみメニュー

日	曜日	献立名	黄◇ カや体温となるもの	赤◇ 血や肉になるもの	材 料	その他	食器
			穀類・油脂類・砂糖類・いも類	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・葉類・くだもの類		
4	月	チキンボールトマトソース マカロニサラダ ロールパン 豆乳スープ 牛乳・いりこ	油 マカロニ・ マヨネーズタイプ (卵不使用) ロールパン でん粉	チキンボール 豆乳 牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマト 人参・さやいんげん コーン	トマトケチャップ 塩 チキンコンソメ	給皿 碗
6	水	ポークカレー コーンサラダ オレンジかん 牛乳・いりこ	米(国産)・じゃが芋・油 砂糖	豚肉 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・にんにく・しょうが コーン・きゅうり・キャベツ 寒天・オレンジジュース	トマトケチャップ・ ウスターソース・カレーフレーク 青じそドレッシング 麦茶	給皿 小皿
8	金	厚揚げと野菜の中華炒め 蒸シューマイ 麦入りごはん 中華スープ 牛乳・いりこ	油・砂糖・でん粉 米(国産)・押麦	豚肉・生揚げ・みそ 肉しゅうまい 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・黄パプリカ・ ピーマン・しょうが・にんにく 小松菜・キャベツ	醤油・料理酒・丸鶏がらスープ 丸鶏がらスープ 麦茶	給皿 碗
11	月	白身魚フライ パンプキンサラダ ロールパン 貝だくさんスープ 牛乳・かみかみこんぶ	油 マヨネーズタイプ(卵不使用) ロールパン じゃが芋	白身魚フライ 牛乳	かぼちゃ・玉ねぎ・人参 コーン・キャベツ かみかみこんぶ	中濃ソース 塩 チキンコンソメ	給皿 碗
13	水	ヤンニョム風チキン 大根と小松菜のお浸し 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	でん粉・油・砂糖・調合ごま油 米(国産)・押麦	鶏肉 豆腐・合わせみそ 牛乳・いりこ	にんにく 大根・小松菜・人参 わかめ オレンジ	塩・料理酒・本みりん・ トマトケチャップ・醤油・酢 醤油・本みりん・だし だし 麦茶	給皿 碗
15	金	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	ラーメン・油 小麦粉・油	豚肉 ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・緑豆もやし・ほうれん草 あおさのり バナナ	塩・丸鶏がらスープ・ 減塩醤油ラーメンスープ 塩 麦茶	丼 小皿
20	水	★鶏肉の照焼 中華風サラダ 麦入りごはん 味噌汁 ペアクリームワッフル 牛乳・いりこ	油・砂糖 米(国産)・押麦 ●ペアクリームワッフル (→ミニゼリー)	鶏肉 油揚げ・合わせみそ 牛乳・いりこ	さやいんげん・大根・人参 小松菜	醤油・本みりん 中華ドレッシング だし 麦茶	給皿 碗
22	金	スパゲティナポリタン ちくわ入りサラダ チキンナゲット スープ ぶどうゼリー 牛乳・いりこ	スパゲティ・油 砂糖・オリーブ油 油 ぶどうゼリー	ウインナー ちくわ ●チキンナゲット(→ハムカツ) 牛乳・いりこ	玉ねぎ・ピーマン・コーン・ トマトピューレ キャベツ・ブロッコリー 人参・緑豆もやし	塩・トマトケチャップ・ チキンコンソメ 酢・塩 チキンコンソメ 麦茶	給皿 碗
25	月	ハンバーグデミグラスソース しらすのさっぱりサラダ 麦入りごはん 貝だくさんスープ 牛乳・いりこ	油 玉ねぎドレッシング 米(国産)・押麦 さつま芋	ハンバーグ しらす 牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマトピューレ 大根・人参・さやいんげん わかめ・ほうれん草・白菜	赤ワイン(料理用)・本みりん・ ハヤシフレーク・ トマトケチャップ チキンコンソメ 麦茶	給皿 碗
27	水	マグロカツ 春雨サラダ 麦入りごはん スープ フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	油 春雨・油・ マヨネーズタイプ (卵不使用) 米(国産)・押麦	まぐろカツ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 コーン・緑豆もやし オレンジ	中濃ソース 塩 チキンコンソメ 麦茶	給皿 碗

*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442kcal たんぱく質16.1g 脂質14.9g カルシウム192mg
-------	---

