



2023年 10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 10/18(水) サンマの蒲焼風です。

*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

★の日はお楽しみメニュー



| 日 | 曜日 | 献立名 | 材 料 | | | | 食器 |
|----|----|---|---|---|---|--|---------------|
| | | | 黄◇ 力や体温となるもの 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 | 牛肉コロッケ マカロニサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ | 牛肉コロッケ・油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) ロールパン | | キャベツ・ブロッコリー 大根・ほうれん草 | 中濃ソース 塩 チキンコンソメ | 絵皿 椀 |
| 4 | 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(オレンジ) 牛乳・いりこ | でん粉・油・砂糖・ マヨネーズタイプ(卵不使用) 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・さやいんげん 小松菜 オレンジ | 塩・料理酒・酢・醤油 醤油・本みりん・だし だし 麦茶 | 絵皿 椀 |
| 6 | 金 | ぎつねうどん ちくわのカレー揚げ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ | うどん 小麦粉・油 | 味付けいなり揚げ ちくわ 牛乳・いりこ | わかめ・大根・人参 バナナ | だし・白だし カレーパウダー・チキンコンソメ 麦茶 | 丼 小皿 |
| 11 | 水 | チキンパン粉焼 ブロッコリーサラダ 麦入りごはん スープ フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ | 油・砂糖 米(国産)・押麦 | チキンのパン粉焼 さつま揚げ 牛乳・いりこ | ブロッコリー・コーン 玉ねぎ・わかめ オレンジ | トマトケチャップ おろし醤油ドレッシング チキンコンソメ 麦茶 | 絵皿 椀 |
| 12 | 木 | チキンボールカレー風味 和風サラダ 麦入りごはん スープ 牛乳・いりこ | 油・でん粉 砂糖・オリーブ油 米(国産)・押麦 | チキンボール 牛乳・いりこ | 玉ねぎ 大根・さやいんげん・人参 キャベツ・ほうれん草 | だし・トマトケチャップ・ 醤油・本みりん・塩・ カレーフレーク 酢・醤油 チキンコンソメ 麦茶 | 絵皿 椀 |
| 18 | 水 | サンマの蒲焼風 もやしとワカメの酢の物 あずきおこわ 花麩の味噌汁 フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ | でん粉・油・砂糖 砂糖 米(国産)・もち米 花麩 | さんま開き 小豆 合わせみそ 牛乳・いりこ | しょうが 緑豆もやし・人参・わかめ 白菜 りんご | 料理酒・醤油・本みりん 酢・醤油 醤油・本みりん・料理酒・だし だし 麦茶 | 絵皿 椀 小皿 |
| 20 | 金 | ボークコロッケ おほかさサラダ ロールパン 具だくさんスープ 牛乳・いりこ | 油 玉ねぎドレッシング ロールパン | かつお節 ウィンナー 牛乳・いりこ | 大根・コーン・さやいんげん 白菜・玉ねぎ | コロッケ・中濃ソース チキンコンソメ | 絵皿 椀 |
| 23 | 月 | ハンバーグバーベキュー風味 ポテトサラダ 麦入りごはん 具だくさんスープ 牛乳・いりこ | 油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 | ハンバーグ 牛乳・いりこ | 玉ねぎ・グリーンピース キャベツ・玉ねぎ・ほうれん草 | トマトケチャップ・ウスターソース 塩 チキンコンソメ 麦茶 | 絵皿 椀 |
| 24 | 火 | チキンカツ しらすのさっぱりサラダ ロールパン 具だくさん中華スープ 牛乳・いりこ | 油 玉ねぎドレッシング ロールパン | やわらかチキンカツ しらす 牛乳・いりこ | 大根・人参・さやいんげん 玉ねぎ・わかめ・緑豆もやし・コーン | 中濃ソース 丸鶏がらスープ | 絵皿 椀 |
| 25 | 水 | 五目チャーハン 春巻 ちくわとわかめのサラダ 中華スープ 牛乳・かみかみこんにふ | 米(国産)・油 油 油・砂糖 | 豚ひき肉・●卵そぼろ(→なし) ちくわ 牛乳 | 玉ねぎ・人参・さやいんげん 春巻 わかめ・大根 白菜・小松菜 かみかみこんにふ | 減塩醤油ラーメンスープ・ 丸鶏がらスープ・塩 酢・醤油 丸鶏がらスープ 麦茶 | 絵皿 椀 |
| 31 | 火 | ★ メンチカツ おさつサラダ 麦入りごはん 具だくさん味噌汁 パンブキンプリン 牛乳・いりこ | 油 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 | ●メンチカツ(→鶏肉の唐揚げ) 油揚げ・合わせみそ かぼちゃプリン 牛乳・いりこ | 人参・ドライパセリ 玉ねぎ・大根・わかめ | 中濃ソース 塩 だし 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がありますので、ご了承下さい。

| | |
|-------|---|
| 平均栄養価 | エネルギー439Kcal たんぱく質14.9g 脂質15.9g カルシウム190mg |
|-------|---|

