



# 2023年 12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

今月の旬の食材は  
12/6(水)サバの旨煮です。  
★の日はお楽しみメニュー



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	金	カレーうどん 揚げおさつ フルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ	うどん・でん粉 さつまいも・油	豚肉・油揚げ  牛乳・いりこ	玉ねぎ・ほうれん草  バナナ	だし・白だし・カレーフレーク 塩  麦茶	丼 小皿
5	火	コーンクリームシチュー ハムカツ グリーンサラダ ロールパン 牛乳・いりこ	じゃが芋・油・マカロニ 油 マヨネースタイプ(卵不使用) ロールパン	鶏肉・牛乳 ハムカツ  牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・グリーンピース・ クリームコーン  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	丼 絵皿
6	水	サバの旨煮 もやしとインゲンの おほか和え 麦入りごはん すまし汁 フルーツ (オレンジ) 牛乳・かみかみこんぶ	砂糖  米(国産)・押麦	さば かつお節 油揚げ 牛乳	しょうが  緑豆もやし・人参・さやいんげん  小松菜 オレンジ かみかみこんぶ	ウスターソース・ 醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし  だし・醤油・塩 麦茶	絵皿 椀
8	★ 金	フライドチキン ブロッコリーサラダ コーンピラフ スープ クリスマスデザート 牛乳・いりこ	砂糖・マヨネースタイプ (卵不使用)・でん粉・油  米(国産)・油  ●ロールケーキ(いちご) (→アレルギー フリークレープ)	鶏肉   牛乳・いりこ	にんにく・しょうが ブロッコリー・キャベツ・人参 コーン・玉ねぎ 大根・わかめ	塩・丸鶏がらスープ 青じそドレッシング チキンコンソメ・塩 チキンコンソメ  麦茶	絵皿 椀
11	月	ハンバーグ バーベキュー風味 マカロニサラダ 麦入りごはん スープ 牛乳・いりこ	油 マカロニ・ マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	ハンバーグ  牛乳・いりこ	コーン・人参  玉ねぎ・小松菜	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
12	火	カレーライス さっぱりサラダ ぶどうゼリー 牛乳・いりこ	米(国産)・じゃが芋・油  ぶどうゼリー	豚肉   牛乳・いりこ	しょうが・にんにく・ 玉ねぎ・人参 わかめ・さやいんげん・ キャベツ	カレーフレーク・ トマトケチャップ・ ウスターソース 青じそドレッシング  麦茶	絵皿 小皿
13	水	赤飯 牛肉の野菜巻 黒豆 お雑煮風 ごまめ 牛乳・いりこ	もち米・米(国産)・黒ごま  白玉だんご・花麩 砂糖	赤飯の素 ●牛肉の野菜巻 (→鶏肉の野菜巻) 黒豆 いりこ 牛乳・いりこ	 白菜・人参・みつば	塩  だし・醤油・塩 本みりん・醤油 麦茶	絵皿 椀

\*材料の割合により、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458Kcal 脂質15.6g	タンパク質15.5g カルシウム210mg
-------	-------------------------	--------------------------

