２０２４年　１月度　段上幼稚園メニュー

今月の旬の食材は　1/15(月)
白菜豆乳スープです。

＜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

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	材料 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	食器
10	水	カレーライス 切干大根サラダ オレンジかん 牛乳・いりこ	米(国産)・じゃが芋・油 砂糖・調合ごま油 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・ブロッコリー・キャベツ 寒天・オレンジジュース	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
12	金	サバの塩焼 もやしとインゲンのおかか和え 麦入りごはん 豚汁 牛乳・いりこ	油 米(国産)・押麦	さば かつお節 豚肉・油揚げ・合わせみそ 牛乳・いりこ	緑豆もやし・人参・さやいんげん 白菜・わかめ・玉ねぎ	塩 醤油・本みりん・だし だし 麦茶	絵皿 椀
15	月	ハンバーグトマトソース 春雨サラダ ロールパン 白菜豆乳スープ 牛乳・いりこ	油・砂糖 春雨・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) ロールパン さつま芋	ハンバーグ 豆乳 牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマト きゅうり・人参 白菜・ほうれん草	トマトケチャップ チキンコンソメ	絵皿 椀
17	水	洋風そぼろ寿司 ちくわとキャベツの和え物 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)	豚ひき肉・●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 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩 麦茶	絵皿 椀
19	金	高野豆腐のそぼろ丼 春巻 味噌汁 フルーツ（オレンジ） 牛乳・かみかみこんぶ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 油	凍り豆腐・豚ひき肉 合わせみそ 牛乳	玉ねぎ・人参・しょうが・グリンピース 春巻 わかめ・白菜 オレンジ かみかみこんぶ	醤油・料理酒・だし だし 麦茶	丼 小皿 椀
22	月	白身魚フライ ミックスサラダ 麦入りごはん 具だくさん味噌汁 牛乳・いりこ	油 玉ねぎドレッシング 米(国産)・押麦 じゃが芋	白身魚フライ 油揚げ・合わせみそ 牛乳・いりこ	大根・人参・コーン 玉ねぎ・わかめ	中濃ソース だし 麦茶	絵皿 椀
24	水	チキンハヤシ おかかサラダ フルーツ（りんご） 牛乳・いりこ	米(国産)・油 油・砂糖	鶏肉 かつお節 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・しめじ 大根・ほうれん草・コーン りんご	ハヤシフレーク・トマトケチャップ・チキンコンソメ 醤油・酢 麦茶	絵皿 小皿
26	金	のっぺいうどん 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・人参・干しいたけ・小松菜 あおさのり バナナ	だし・白だし・塩 麦茶	丼 小皿
29	月	メンチカツ マカロニサラダ ロールパン コーンスープ 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	●メンチカツ(→ハムカツ) 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	中濃ソース 塩 チキンコンソメ	絵皿 椀
31	水	アジの旨煮 小松菜ともやしのごま和え 恵方巻 花麩のすまし汁 いりこ	砂糖 白ごま 米(国産) 花麩	あじ ウインナー いりこ	しょうが 小松菜・緑豆もやし きゅうり・人参・焼きのり わかめ・えのきたけ	ウスターソース・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし 塩・だし だし・醤油・塩 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もありますので、ご了承下さい。

平均栄養価	エネルギー448Kcal　タンパク質16.2ｇ 脂質15.0ｇ　カルシウム201mg