



2014年10月度 阪急幼稚園メニュー



＜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。

日 曜 日	献立名	材 料				食器
		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・薬類・くだもの類	黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他	
2 木	夕焼けご飯 アジの蒲焼風 チンゲンサイの菜種和え 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	アジ ●卵(→卵なし・コーン) 味噌 牛乳・いりこ	人参、人参ピューレ 土生薬 チンゲンサイ、えのき 玉ねぎ、白菜、わかめ パイン〔缶詰〕	滋賀県産キヌヒカリ 片栗粉、油、砂糖 さつま芋	醤油、みりん、和風だし 酒、醤油、みりん 醤油、みりん、和風だし だし〔無添加〕	絵皿 椀
3 金	ちゃんぽん ツナともやしの中華和え フルーツ 牛乳・いりこ	豚肉、かまぼこ ツナ、ツレーク 牛乳・いりこ	キヤベツ、玉ねぎ、人参 木もやし、小松菜、コーン バナナ	中華麺、油 白ごま、ごま油	塩中華だし、豚骨ラーメンスープの素 醤油、みりん、和風だし	丼 小皿
6 月	鶏肉のバーベキューソース 平天と野菜のソチー スー フルーツ 牛乳・いりこ	鶏肉 平天 牛乳・いりこ	玉ねぎ、インゲン、人参、イエローピーマン 大根、わかめ、青ねぎ 黄桃〔缶詰〕	ロールパン 小麦粉、油、砂糖、片栗粉 油 じゃが芋	塩、ワイン、オスターソース、ケチャップ 醤油、コンソメ 中華だし ブイヨン〔無添加〕、塩	絵皿 椀
★ 7 火	ウインナーピラフ ミンチカツ キヤベツサラダ スー かぼちゃ、ズリン 牛乳・いりこ	●ウインナー(→ウインナーなし) メンチカツ ●カニ風味かまぼこ(→カニかまなし) 牛乳 牛乳・いりこ	キヤベツ、胡瓜、人参、レモン果汁 木もやし、ブロッコリー、人参、えのき かぼちゃ、ピーマン、寒天	滋賀県産キヌヒカリ、押麦 油 じゃが芋、バター	コンソメ、塩 穀物酢、塩、醤油 ブイヨン〔無添加〕、塩	絵皿 椀
9 木	麦ご飯 豚肉のオイスターソース炒め コーンポテト 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	豚肉 牛乳 味噌 牛乳・いりこ	玉ねぎ、人参、ピーマン コーン、パセリ 白菜、ほうれん草、本しめじ みかん〔缶詰〕	滋賀県産キヌヒカリ、押麦 油 じゃが芋、バター	オイスターソース、醤油、酒 コンソメ、塩 だし〔無添加〕	絵皿 椀
13 月	体 育 の 日					
14 火	ぎつね丼 柿なます 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	味噌、うなぎ、かまぼこ●卵(→牛肉) ●ローズハム(→ハムなし) 味噌 牛乳・いりこ	玉ねぎ、人参、干しいたけ、グリーンピース、細切のり 大根、胡瓜、柿 かぼちゃ、小松菜、ごぼう、人参 パイン〔缶詰〕	滋賀県産キヌヒカリ、片栗粉 砂糖 麩	和風だし、醤油、みりん 穀物酢、醤油 だし〔無添加〕	絵皿 椀
16 木	麦ご飯 チキンチャップ ひじきサラダ スー フルーツ 牛乳・いりこ	鶏肉 牛乳・いりこ	ひじき、人参、ブロッコリー、コーン キヤベツ、玉ねぎ、えのき オレンジ	滋賀県産キヌヒカリ、押麦 小麦粉、油、砂糖 砂糖●マヨネーズ(→マヨネーズなし) じゃが芋	塩、ケチャップ、オスターソース コンソメ 醤油、みりん、和風だし ブイヨン〔無添加〕、塩	絵皿 椀
20 月	五目うどん ちくわのカレーフリッター フルーツ 牛乳・いりこ	豚肉、厚揚げ ちくわ 牛乳・いりこ	白菜、玉ねぎ、人参、ごぼう、干しいたけ、青ねぎ だし昆布 黄桃〔缶詰〕	うどん ●ころも揚げ粉(→小麦粉)、小麦粉、油	うどんだし カレー粉	丼 小皿
21 火	麦ご飯 肉豆腐 もやしと胡瓜の梅おかか和え 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	焼豆腐、牛肉 花かつお 味噌 牛乳・いりこ	玉ねぎ、グリーンピース 木もやし、胡瓜、人参 かぼちゃ、大根 りんご	滋賀県産キヌヒカリ、押麦 コンニャク、砂糖 麩	酒、みりん、醤油、和風だし 練梅、醤油、みりん、和風だし だし〔無添加〕	絵皿 椀
27 月	ロールパン 牛肉コロツケ マカロニサラダ スー フルーツ 牛乳・いりこ	●ローズハム(→ハムなし) 牛乳・いりこ	コーン、ブロッコリー、人参 玉ねぎ、ほうれん草、人参、わかめ みかん〔缶詰〕	丸ロールパン ●牛肉コロツケ(→チキンチャップ)、油 マカロニ●マヨネーズ(→酢・砂糖・塩)	塩 ブイヨン〔無添加〕、塩	絵皿 椀
28 火	鶏きのこおこわ サバの塩焼 小松菜のみぞれ和え かき玉汁 フルーツ 牛乳・いりこ	鶏ミンチ、うす揚げ サバ ●卵(→卵なし) 牛乳・いりこ	本しめじ、えのき、まいたけ、インゲン 小松菜、人参、大根、おろし 白菜、人参、青ねぎ パイン〔缶詰〕	滋賀県産キヌヒカリ、もち米 油	醤油、みりん、酒、和風だし 塩 醤油、みりん、だし〔無添加〕 だし〔無添加〕、醤油、みりん、塩	絵皿 椀
30 木	コーンライス ペーコン入りバジキンチュー ツナとキヤベツのソチー フルーツ 牛乳・いりこ	●ペーコン(→鶏肉)、牛乳 ツナ、ツレーク 牛乳・いりこ	コーン かぼちゃ、玉ねぎ、人参、グリーンピース キヤベツ、人参、チンゲンサイ、イエローピーマン オレンジ	滋賀県産キヌヒカリ 油	コンソメ、塩 クリームシチューの素 コンソメ	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、ご了承ください。

栄養素	エネルギー	蛋白質	脂質	カルシウム
平均栄養価	464 kcal	17.2 g	15.0 g	191 mg

《お知らせ》

10/1(水)～31(金)の1か月間限定で、
一富士指定米(滋賀県産キヌヒカリ)を使用します。

