



2014年11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			その他	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・葉類・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		
3	月	文 化 の 日					
4	火	麦ご飯 白身魚フライ ハムと野菜のオイスターソース炒め 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	白身魚フライ ●ロースハム(→ハムなし・コーン) 味噌 牛乳・いりこ	インゲン、玉ねぎ、人参 白菜、小松菜、わかめ 黄桃【缶詰】	滋賀県産こしひかり、押麦 油 ごま油、砂糖 麩	醤油、オイスターソース、酒 だし【無添加】	絵皿 椀
6	木	海鮮チヤンポン 棒々鶏サラダ(ハンパジ・サザ) キャンディチーズ 牛乳・いりこ	ムキエビ、かまぼこ ささみ、味噌 キャンディチーズ 牛乳・いりこ	キャベツ、玉ねぎ、人参 太もやし、胡瓜、イエローピーマン	中華麺、油 砂糖、白ごま、ごま油	塩、中華だし、塩ラーメンスープの素 醤油、穀物酢、みりん、酒	丼 小皿
7	金	大根ときのこの和風カレー ポテトサラダ みかん入りオレンジかん 牛乳・いりこ	豚肉 牛乳・いりこ	大根、だし昆布、玉ねぎ、人参、本しめじ エリンギ、えのき ブロッコリー、コーン 寒天、オレンジジュース、みかん【缶詰】	滋賀県産こしひかり、油 じゃが芋、●マヨネーズ(→マヨネーズなし) 砂糖	カレールー 塩	絵皿 小皿
10	月	ロールパン かぼちやコロツケ ウインナーと大豆のトマト煮 スープ フルーツ 牛乳・いりこ	牛乳・いりこ	かぼちやコロツケ 玉ねぎ、人参、インゲン キャベツ、ほうれん草、人参、えのき パイン【缶詰】	ロールパン 油 油、小麦粉	塩、ケチャップ、ウスターソース ブイヨン【無添加】、塩	絵皿 椀
11	火	さつま芋ご飯 アジの味噌煮 もやしとチンゲン菜のごま和え すまし汁 フルーツ 牛乳・いりこ	アジ、赤だし味噌 牛乳・いりこ	太もやし、チンゲンサイ、人参 玉ねぎ、わかめ、青ねぎ オレンジ	滋賀県産こしひかり、さつま芋 砂糖 そうめん	塩 醤油、酒、和風だし ごま和えの素、醤油 だし【無添加】、醤油、みりん、塩	絵皿 椀
★ 18	火	五目チヤーハン 鶏肉の唐揚げ ほうれん草ともやしのおかか和え わかめスープ 焼菓子 牛乳・いりこ	豚ミンチ、●卵(→卵なし) 鶏肉 花かつお 牛乳・いりこ	玉ねぎ、コーン、青ねぎ 土生姜 ほうれん草、太もやし、人参 わかめ、大根	滋賀県産こしひかり、油、ごま油 小麦粉、片栗粉、油 春雨 ●焼菓子(→ローゼリー)	チャーハンの素、中華だし、塩、醤油 醤油、酒 醤油、みりん、和風だし ブイヨン【無添加】、塩	絵皿 椀
20	木	麦ご飯 サケのマヨネーズ焼 昆布イリチー 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	サケ うす揚げ 味噌 牛乳・いりこ	青切昆布、千切大根、人参、枝豆 玉ねぎ、チンゲンサイ バナナ	滋賀県産こしひかり、押麦 小麦粉、油、●マヨネーズ(→マヨネーズなし) コンニャク、油、砂糖 さつま芋、麩	塩 醤油、みりん、和風だし だし【無添加】	絵皿 椀
24	月	振 替 休 日					
25	火	ロールパン ビーフシチュー チーズ入りペンネサラダ フルーツポンチ 牛乳・いりこ	牛肉 チーズ 牛乳・いりこ	人参、玉ねぎ、トマトピューレ、グリーンピース ブロッコリー、コーン、イエローベーマン、レトピーマン、ピーマン りんご、みかん【缶詰】、パイン【缶詰】、寒天	丸ロールパン じゃが芋、油 ペンネ、●マヨネーズ(→ゆず醤油、レタ、パイン) 砂糖	ビーフシチューの素、ケチャップ、塩	絵皿 椀
27	木	麦ご飯 ハオユー豆腐 もやしの青のり和え 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	豆腐、豚肉 ちくわ 味噌 牛乳・いりこ	白菜、人参、玉ねぎ、枝豆 太もやし、胡瓜、あおさ粉 かぼちや、大根、えのき、青ねぎ 黄桃【缶詰】	滋賀県産こしひかり、押麦 油、片栗粉	オイスターソース、中華調味料 中華だし 醤油、みりん、和風だし だし【無添加】	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。

栄養素	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
平均栄養価	471 kcal	16.7 g	15.6 g	195 mg

