



2015年10月度 阪急幼稚園メニュー



こどもはみんな
すばらしい

*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。

<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・藻類・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	
6 火	カレーライス グリーンサラダ 果肉入りオレンジゼリー 牛乳・いりこ	鶏肉 	玉ねぎ・人参 キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 油・砂糖 果肉入りみかんゼリー	カレーフレーク 醤油・穀物酢	絵皿 小皿
8 木	麻婆丼 昆布と大根の酢の物 中華スープ 牛乳・いりこ	豆腐・豚ミンチ・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	おろし生姜・玉ねぎ 人参・ピーマン・干しいたけ きざみ昆布・大根・人参・胡瓜 白菜・わかめ・青葱	滋賀県産こしひかり・油・砂糖・片栗粉 砂糖	醤油・酒・鶏がらスープ 穀物酢・醤油 鶏がらスープ	丼 小皿 椀
13 火	牛肉コロッケ キャベツのレモン和え 麦入りごはん スープ フルーツ(梨) 牛乳・いりこ		キャベツ・ブロッコリー 人参・レモン果汁 ほうれん草・コーン・大根 梨	コロッケ・油 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	穀物酢・醤油 チキンコンソメ	絵皿 小皿 椀
15 木	油淋鶏(ユウリンチー) マロニーサラダ ロールパン 中華スープ 牛乳・いりこ	鶏肉 牛乳・いりこ	青ねぎ 赤ピーマン・ブロッコリー キャベツ・コーン 人参・もやし・大根	片栗粉・油・砂糖 マロニー・油 ロールパン	酒・醤油・穀物酢 青じそドレッシング 鶏がらスープ	絵皿 椀
19 月	千草焼 ひじきと高野豆腐の煮物 粉ふき芋ゆかり風味 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	鶏ミンチ・●卵(千草焼なし→ チキンケチャップソテー) 高野豆腐 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	人参・干しいたけ・スナックえんどう 芽ひじき・むき枝豆 ゆかり 玉ねぎ・しめじ オレンジ	油・砂糖 油・砂糖 じゃが芋 滋賀県産こしひかり・押麦 麩	醤油・みりん・出し 出し・醤油・酒 出し	絵皿 小皿 椀
★ 22 木	ウインナーの ケチャップライス フライドチキン ポテトサラダ スープ ハロウィンデザート (パンプキンプリン) 牛乳・いりこ	ウインナー 鶏肉 牛乳 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・ピーマン 胡瓜・コーン 白菜・小松菜 寒天・かぼちゃ	滋賀県産こしひかり・油・バター 片栗粉・油 じゃが芋 ●マヨネーズ(なし→塩) 砂糖	ケチャップ・チキンコンソメ・塩 ●から揚げ粉(なし→片栗粉・塩) 塩 チキンコンソメ プリン・の素	絵皿 小皿 椀
26 月	照焼ハンバーグ マカロニサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	ハンバーグ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・グリーンピース ほうれん草	油・砂糖・片栗粉 ファンタジーマカロニ ●マヨネーズ(なし→青じそドレッシング) 丸ロールパン じゃが芋	醤油・みりん・酒 塩 チキンコンソメ	絵皿 椀
27 火	あずきと黒米おこわ サンマの蒲焼風 キャベツの青のり和え 味噌汁 牛乳・いりこ	小豆 サンマ 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	おろし生姜 白菜・ブロッコリー・人参・青のり 青ねぎ	滋賀県産こしひかり・もち米・もち黒米 片栗粉・油・砂糖 白ごま そうめん・麩	醤油・みりん・酒・出し 酒・醤油・みりん 醤油・本みりん・出し 出し	絵皿 椀
29 木	野菜たっぷり 醤油ラーメン 野菜とツナの和え物 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	豚肉・ちくわ まぐろフレーク 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・スナックえんどう キャベツ・もやし ブロッコリー・大根 バナナ	中華麺・油 	醤油・鶏がらスープ・塩 醤油ラーメン・スープ 玉ねぎドレッシング	丼 小皿

★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	1人分	蛋白質	脂質	加糖量
平均栄養価	457kcal	17.3 g	14.6g	200mg

