



2015年11月度 阪急幼稚園メニュー



*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 ①卵 (→アレルギー対応方法) > *そばの入った食材は使用していません。

材 料

日 曜 日	献立名	赤○ 血や肉になるもの	緑○ からだの骨子を強えるもの	黄○ 力や体温となるもの	その他	食器
		魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・果類・くだもの類	穀類・油類・砂糖類・いも類		
2月	スパゲティミートソース 野菜コロッケ 切干大根サラダ スープ 牛乳・いりこ	合ミンチ・水煮大豆	玉ねぎ・人参・ドライパセリ	スパゲティ・オリーブ油・砂糖	卵使用ウイン・ケチャップ・ウスターソース・醤油・塩	給皿 小皿 椀
9月	ミンチカツ 和風スパゲティサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	メンチカツ	赤ピーマン・胡瓜・玉ねぎ 白菜・えのき・わかめ	油 スパゲティ・マヨネーズ (なしドレッシングのみ) ロールパン	玉ねぎドレッシング・塩 チキンコンソメ	給皿 椀
★ 10火	鶏肉とさつま芋のシチュー 大根のおかかサラダ キャロットピラフ イチゴ豆腐かん 牛乳・いりこ	鶏肉・牛乳 かつお節 ウインナー 豆腐 牛乳・いりこ	玉ねぎ・しめじ・ブロッコリー 大根・胡瓜 人参・グリーンピース 寒天	さつま芋・油 米(国産)・油・バター・ 砂糖・いちごジャム	チキンコンソメ クリームシチューの素 青じそドレッシング チキンコンソメ・塩・塩	給皿 小皿 椀
12木	ミートボールの トマトカレースープ しらすとひじきのサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	チキンボール しらす干し・チーズ	玉ねぎ・人参・ グリーンピース・カットトマト 芽ひじき・胡瓜 コーン・えのき・小松菜	じゃが芋・油 マヨネーズ(なし)青じそドレッシングの 丸ロールパン	カレーフレーク・醤油・みりん・塩 塩 チキンコンソメ	給皿 椀
16月	ウインナーと ほうれん草のオムレツ 白菜と小松菜のごま和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	●卵なし(豆腐の炒め物に代用) 豆腐・ウインナー うす揚げ・合わせ味噌 牛乳・いりこ	ほうれん草・玉ねぎ 白菜・小松菜・人参 大根・青葱 りんご	油 白ごま・砂糖 米(国産)・押麦	塩・チキンコンソメ・ケチャップ 醤油・出し 出し	給皿 椀
17火	サバの塩焼 キャベツと胡瓜のゆかり和え 麦入りごはん すまし汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	さば きざみ揚げ 牛乳・いりこ	キャベツ・胡瓜・人参 みつば オレンジ	油 米(国産)・押麦 そうめん	塩 ゆかり 出し・醤油・塩	給皿 椀
19木	鶏肉のごま風味揚げ ツナと野菜の和え物 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(梨) 牛乳・いりこ	鶏肉 まぐろフレーク ●卵なし・合わせ味噌 牛乳・いりこ	ブロッコリー・玉ねぎ・人参 白菜・青ねぎ 梨	小麦粉・黒ごま・白ごま・油 米(国産)・押麦	塩 醤油・みりん・出し 出し	給皿 椀
24火	ミックスサラダ ぶどうかん 牛乳・いりこ	フィッシュソーセージ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 カリフラワー・キャベツ 胡瓜・コーン・赤ピーマン 寒天・ぶどうジュース	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油 砂糖	カレーフレーク 穀物酢・塩	給皿 小皿
26木	白身魚のチーズ焼 春雨サラダ 麦入りごはん スープ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	タラ・チーズ 春雨 牛乳・いりこ	赤ピーマン パプリカ(黄)・インゲン 小松菜・玉ねぎ・しめじ バナナ	油 醤油・ごま油・砂糖 米(国産)・押麦	塩 醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ	給皿 椀
30月	ハンバーグデミソース ポテトサラダ 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・トマトピューレ 人参・胡瓜・コーン ほうれん草・白菜・えのき	油 じゃが芋・マヨネーズ(なし)塩 ロールパン	卵使用ウイン・みりん・塩 デミグラスソース・ケチャップ 塩 チキンコンソメ	給皿 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	1食分	蛋白質	脂質	加糖分
平均栄養価	449kcal	16.9g	15.0g	195mg

