



# 2015年12月度 阪急幼稚園メニュー

ともみんなは  
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いません。

日曜日	献立名	材 料				食器
		赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ カや体温となるもの	その他	
		魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類		
1 火	アジのカレー風味揚げ ひじきと高野豆腐の煮物 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	アジ こうや豆腐 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	芽ひじき・人参・インゲン 玉ねぎ・わかめ バナナ	小麦粉・油 油・砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦 じゃが芋	塩・カレー粉 デミグラスソース・カレー粉 ケチャップ・チキンコンソメ かつおだし・醤油・酒 だし	絵皿 小皿 椀
3 木	クリスマスピラフ フライドチキン カラフルサラダ スープ クリスマスデザート (かぼちゃケーキ) 牛乳・いりこ	鶏肉 豆乳 牛乳・いりこ	ドライパセリ 赤ピーマン・ブロッコリー キャベツ・コーン・レモン果汁 白菜・小松菜 かぼちゃ	滋賀県産こしひかり 片栗粉・油 砂糖・オリーブ油 さつまいも 小麦粉・片栗粉・砂糖	炊込バターライスの素 鶏がらスープ 穀物酢・塩・醤油 チキンコンソメ ベーキングパウダー	絵皿 小皿 椀
7 月	かぼちゃミンチフライ 和風マカロニサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ		玉ねぎ・人参・胡瓜・コーン ほうれん草・白菜・えのき	国産かぼちゃ挽肉フライ・油 ファンタジーマカロニ ●マヨネーズ(なし・ドレッシングのみ) ロールパン	塩・青じそドレッシング チキンコンソメ	絵皿 椀
8 火	チキンカレー ソーセージのサラダ りんごかん 牛乳・いりこ	鶏肉 フィッシュソーセージ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 キャベツ・コーン・ほうれん草 寒天・アップルジュース	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 砂糖 砂糖	カレーフレーク 醤油・穀物酢・みりん	絵皿 小皿
10 木	牛肉と根菜の信州煮 ちくわの天ぷら 麦入りごはん すまし汁 牛乳・いりこ	牛肉・合わせ麦みそ ちくわ 牛乳・いりこ	ごぼう・玉ねぎ・人参・大根 青のり 白菜・しめじ	油・砂糖 小麦粉・油 滋賀県産こしひかり・押麦 麩	出し・みりん 出し・醤油・塩	絵皿 椀
14 月	五目うどん 大根と胡瓜のさっぱり和え フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	豚肉 しらす干し 牛乳・いりこ	ごぼう・人参・玉ねぎ ほうれん草・だし昆布 大根・胡瓜 オレンジ	うどん 砂糖	だし・醤油・みりん・塩 穀物酢・醤油・みりん	丼 小皿
15 火	お雑煮 あべかわもち 牛肉の野菜巻 (インゲン・人参) 炒めなます きんとん 黒豆 ごまめ	●白かまぼこ(→かまぼこなし) きな粉 ●牛肉の野菜巻 (→鶏肉の野菜巻に変更) きざみ揚げ 黒豆 いりこ	白菜・玉ねぎ・人参 みつば・ゆず 大根・人参・れんこん	片栗粉・もち米・里芋 もち米・砂糖 油・砂糖 さつまいも・砂糖 砂糖	出し・醤油・塩 塩 醤油・酒・出し・穀物酢・塩 みりん・醤油	絵皿 椀

★の日はお楽しみメニュー

\*材料の割合により、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	たんぱく質	脂質	加糖量
平均栄養価	488kcal	17.0g	13.9g	186mg

