



2016年 1月度 阪急幼稚園メニュー



ともみんな
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	
12 火	麻婆丼 マロニーサラダ 中華スープ 牛乳・いりこ	豆腐・合ミンチ・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	おろし生姜・玉ねぎ 人参・干しいだけ パプリカ(黄)・赤ピーマン・ほうれん草 キャベツ・わかめ・コーン	滋賀県産こしひかり 油・砂糖・片栗粉 マロニー・油	醤油・酒・鶏がらスープ 玉ねぎドレッシング 鶏がらスープ 麦茶	丼 小皿 椀
14 木	サバの味噌煮 白菜の塩昆布和え 麦入りごはん すまし汁 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	サバ・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	白菜・小松菜・人参・塩昆布 大根・青葱 バナナ	砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦 花麴	出し・醤油・酒 出し・醤油・塩 麦茶	絵皿 椀
18 月	ほうとう風うどん ちくわの磯辺揚げ フルーツ(みかん) 牛乳・いりこ	豚肉・合わせ麦みそ ちくわ 牛乳・いりこ	かぼちゃ・大根・しいだけ ごぼう・青ねぎ・だし昆布 青のり みかん	うどん 小麦粉・油	出し・醤油・酒 麦茶	丼 小皿
19 火	★ 洋風そばろ寿司 ブロッコリー洋風煮 かき玉汁 黒豆蒸しパン 牛乳・いりこ	鶏ミンチ・●ロースハム(→なし) ●卵(→なし) 牛乳・黒豆甘煮 牛乳・いりこ	干しいだけ・人参・胡瓜・コーン ブロッコリー・人参 もやし	滋賀県産こしひかり・砂糖・油 麴 小麦粉・砂糖	穀物酢・塩・醤油・みりん・出し チキンコンソメ 出し・醤油・塩 ベーキングパウダー 麦茶	絵皿 小皿 椀
21 木	スペイン風オムレツ キャロットアーモンドサラダ 麦入りごはん スープ フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	●卵(→豆腐)・豆乳 粉チーズ・●ハム(→鶏肉) 牛乳・いりこ	玉ねぎ・インゲン 人参・レーズン キャベツ・コーン・ほうれん草 りんご	じゃが芋・油 アーモンド ●マヨネーズ(→青じそドレッシング) 滋賀県産こしひかり・押麦	塩・チキンコンソメ・ケチャップ 塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
25 月	牛肉コロッケ イタリアン風サラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	牛肉 しらす干し 牛乳・いりこ	キャベツ・ブロッコリー・人参・コーン ほうれん草・しめじ・大根	牛肉コロッケ・油 セミセパイトリアン ロールパン	チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
26 火	カレーライス しらすと大根のサラダ オレンジかん 牛乳・いりこ	牛肉 しらす干し 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 大根・胡瓜・わかめ 寒天・オレンジジュース	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 油・砂糖 砂糖	カレーフレーク 穀物酢・醤油 麦茶	絵皿 小皿 椀
28 木	鶏肉のおかか焼 ひじき煮豆 麦入りごはん 味噌汁 牛乳・いりこ	鶏肉・かつお節 水煮大豆・きざみ揚げ 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	ひじき・人参・グリーンピース 大根・もやし・青葱	砂糖・小麦粉・油 油・砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	醤油・みりん 出し・醤油・酒 出し 麦茶	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	カルシウム
平均栄養価	455kcal	16.8g	13.1g	204mg

