



2018年 10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。

*ちくわ・ウィンナーは卵・乳成分が含まれていない製品を使用しております

日	曜日	献立名	材 料			食器	
			黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	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		その他
2	火	カレーライス ツナサラダ オレンジかん 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり 油・砂糖・片栗粉 砂糖 	牛肉 まぐろフレーク 牛乳・いりこ	にんにく・しょうが 玉ねぎ・人参 ほうれん草・大根・人参 寒天・オレンジジュース	カレーフレーク・ケチャップ ウスターソース 青じそドレッシング 麦茶	丼 小皿 椀
4	木	豚肉と野菜のあんかけ丼 オニオンリング 中華スープ フルーツ (オレンジ) 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり 油・砂糖・片栗粉 油	豚肉・さつま揚げ オニオンリング  牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 白菜・小松菜 もやし・コーン・ワカメ オレンジ	鶏がらスープ 醤油・みりん・酒 鶏がらスープ 麦茶	絵皿 椀
11	木	ミートボールの トマトカレースープ煮 マカロニサラダ ロールパン 牛乳・いりこ	油・片栗粉 ツイストマカロニ ●マヨネーズ (→青じそドレッシング) ロールパン	チキンボール 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・コーン グリーンピース・トマト キャベツ・ほうれん草 赤パプリカ 	チキンコンソメ・カレーフレーク 醤油・みりん・酒 塩 麦茶	丼 絵皿
15	月	サケの塩焼 ほうれん草と白菜の菜種和え 麦入りごはん 具沢山味噌汁 牛乳・いりこ	油 ごま油 滋賀県産こしひかり・押麦 こんにやく	サケ ●卵(→なし) ちくわ・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	ほうれん草・白菜 大根・人参・オクラ	塩 醤油・みりん・だし だし 麦茶	絵皿 椀
16	火	きつねうどん ちくわとキャベツの梅風味和え フルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ	うどん 	いなり揚げ ちくわ 牛乳・いりこ	ワカメ・青葱・だし昆布 キャベツ・きゅうり・人参・練り梅 バナナ	だし・醤油・みりん・塩・昆布つゆ 醤油・みりん・だし 麦茶 	丼 小皿
22	月	サラダロールフライ おかかサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	●サラダロールフライ (→豚の生姜炒め)・油 砂糖 ロールパン	かつお節  牛乳・いりこ	ブロッコリー・人参・コーン 玉ねぎ・小松菜	醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ 麦茶	絵皿 小皿 椀
23	火	サンマの蒲焼風 大根とワカメの酢の物 あずきおこわ 味噌汁 パイ饅頭 (かぼちゃ) 牛乳・いりこ	片栗粉・油・砂糖 砂糖 滋賀県産こしひかり・もち米 ●パイ饅頭かぼちゃあん (→ミニゼリー)	サンマ 小豆 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ 	生姜 大根・人参・ワカメ 小松菜・しめじ・玉ねぎ	酒・醤油・みりん 穀物酢・醤油 醤油・みりん・酒・だし だし 麦茶	絵皿 椀
25	木	焼キチン南蛮 昆布イリチー 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ (オレンジ) 牛乳・いりこ	片栗粉・油・砂糖 ●マヨネーズ(→なし) 油・砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦 麩	鶏肉 うす揚げ 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	にんにく・玉ねぎ・きゅうり きざみ昆布・切干大根 干しいたけ・人参・いんげん ほうれん草・青葱 オレンジ	塩・酒・穀物酢・醤油 醤油・みりん・だし 出し 麦茶	絵皿 小皿 椀
29	月	白身魚フライ しらすとブロッコリーのサラダ わかめごはん スープ 牛乳・いりこ	油 油・砂糖 滋賀県産こしひかり	白身魚フライ しらす干し 牛乳・いりこ 	ブロッコリー・キャベツ・人参 わかめごはんの素 玉ねぎ・コーン	醤油・穀物酢 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
30	火	野菜たっぷり塩ラーメン ちくわの磯辺揚 フルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ	中華麺・油 小麦粉・油 	豚肉 ちくわ 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ 青葱・キャベツ・もやし あおさのり バナナ	醤油・鶏がらスープ 塩・塩ラーメンスープ 麦茶 	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。

平均栄養価	エネルギー484Kcal	タンパク質16.4g
	脂質16.8g	カルシウム192mg

