



2018年 11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いません。

*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

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◇ からだの働きを整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	その他	
1	木	マーマレードチキン もやしとブロッコリーのごま和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ	小麦粉・油・オレンジマレード 白ごま 滋賀県産こしひかり・押麦 麩	鶏肉 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ マグロカツ	しょうが もやし・ブロッコリー・人参 玉ねぎ・青葱 バナナ	塩・醤油・みりん 醤油・みりん・だし だし	絵皿 椀
6	火	まぐろフライ 白菜と小松菜の梅風味和え 麦入りごはん 味噌汁 牛乳・いりこ	油 滋賀県産こしひかり・押麦	合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	白菜・小松菜・人参・練り梅 ワカメ・えのきだけ・大根	醤油・みりん・だし だし	絵皿 椀
8	木	サケの塩焼 ミックスサラダ 麦入りごはん 豚汁 牛乳・いりこ	油 砂糖・オリーブ油 滋賀県産こしひかり・押麦 さつま芋・こんにゃく	サケ 豚肉・ちくわ・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	キャベツ・ほうれん草・人参 大根・人参・玉ねぎ・青葱	塩 穀物酢・塩 だし	絵皿 椀
12	月	★ スパゲティミートソース おさつサラダ スープ フィナンシェ 牛乳・いりこ	スパゲティ・オリーブ油・油・砂糖 さつま芋・●マヨネーズ (→フレンチドレッシング) ●フィナンシェ(→ミニゼリー)	豚ミンチ・大豆ミンチ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・ドライパセリ きゅうり・人参 ブロッコリー・しめじ・キャベツ	赤ワイン風調味料・ケチャップ ウスターソース・醤油・塩 塩 チキンコンソメ	絵皿 椀
13	火	ポークカレー マカロニサラダ ぶどうかん 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 ツイストマカロニ ●マヨネーズ(→青じそドレッシング) 砂糖	豚肉 牛乳・いりこ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・人参 ブロッコリー・コーン 寒天・ぶどうジュース	カレーフレーク・ケチャップ・ウスターソース 塩	絵皿 小皿 椀
15	木	焼豚チャーハン ちくわとわかめのサラダ 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・調合ごま油 油・砂糖	焼豚・●卵(→コーン) ちくわ 牛乳・いりこ ●メンチカツ(→豚の生姜炒め)	玉ねぎ・青葱 ワカメ・きゅうり・人参 もやし・コーン・しめじ オレンジ	鶏がらスープ・塩 穀物酢・醤油 鶏がらスープ	絵皿 椀
19	月	ミンチカツ 切干大根サラダ ロールパン わかめスープ 牛乳・いりこ	油 砂糖 ロールパン	牛乳・いりこ	切干大根・人参・ピーマン ワカメ・玉ねぎ	醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ	絵皿 椀
20	火	ウインナーと ほうれん草のキッシュ キャベツのフレンチサラダ 麦入りごはん スープ フルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ	じゃが芋・油 滋賀県産こしひかり・押麦	●卵(→なし 他のも貝多目) 豆乳・ウインナー 牛乳・いりこ	ほうれん草 キャベツ・コーン・人参・玉ねぎ 大根・ブロッコリー バナナ	塩・チキンコンソメ・ケチャップ フレンチドレッシング チキンコンソメ	絵皿 小皿 椀
22	木	ミートボールとさつま芋のシチュー おかかサラダ 麦入りごはん フルーツ (りんご) 牛乳・いりこ	さつま芋・油 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	チキンボール・牛乳 かつお節 牛乳・いりこ	玉ねぎ・しめじ・グリーンピース きゅうり・人参・大根 りんご	クリームシチューの素 醤油・穀物酢・みりん	丼 絵皿
26	月	ハンバーグトマトソース 春雨サラダ 麦入りごはん スープ 牛乳・いりこ	油 はるさめ・油 滋賀県産こしひかり・押麦	ハンバーグ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・トマト 人参・ピーマン・コーン 大根・小松菜	ケチャップ 青じそドレッシング チキンコンソメ	絵皿 椀
27	火	かぼちゃひき肉フライ ひじきサラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	油 砂糖・●マヨネーズ(→なし) ロールパン	牛乳・いりこ	ひじき・人参・きゅうり・玉ねぎ コーン・白菜・青葱	かぼちゃひき肉フライ だし・醤油・みりん チキンコンソメ	絵皿 椀
29	木	豚骨ラーメン 胡瓜とわかめの中華和え 揚げポテト 牛乳・いりこ	中華麺・油 ごま油 さつま芋・油	豚肉 牛乳・いりこ	キャベツ・玉ねぎ・人参・青葱 きゅうり・大根・ワカメ	醤油・鶏がらスープ 塩・豚骨ラーメンスープ 醤油・みりん・鶏がらスープ 塩	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489Kcal タンパク質16.1g

脂質16.0g カルシウム189mg

