



2019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◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	その他	
5 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(オレンジ) 牛乳・いりこ	じゃが芋・油 滋賀県産こしひかり・押麦	●卵(→なし、他の具多目) 豆乳・ウインナー  牛乳・いりこ	ほうれん草 キャベツ・ブロッコリー 人参・玉ねぎ 大根・ワカメ オレンジ	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 椀
7 木	ハンバーグトマトソース 春雨サラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	油 はるさめ・油 ロールパン 	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・ほうれん草	ケチャップ 青じそドレッシング チキンコンソメ	絵皿 椀
12 火	マーマレードチキン 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	小麦粉・油・オレンジマーマレード 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	生姜 白菜・小松菜・人参 青ねぎ・玉ねぎ りんご	塩・醤油・みりん 醤油・みりん・かつおだし かつおだし 	絵皿 小皿 椀
14 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・青ねぎ 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 椀
18 月	カレーライス 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	牛肉 牛乳・いりこ	生姜・にんにく・玉ねぎ・人参 きゅうり・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
19 火	サバの塩焼 白菜とブロッコリーの梅風味和え 麦入りごはん 豚汁 牛乳・いりこ	油  滋賀県産こしひかり・押麦 こんにゃく	サバ 豚肉・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	白菜・ブロッコリー 黄パプリカ・練り梅 大根・ごぼう・人参・青ねぎ	醤油・みりん・かつおだし かつおだし	絵皿 椀
21 木	ミートボールと さつま芋のシチュー おかかサラダ ロールパン フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	さつま芋・油 砂糖 ロールパン	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 小松菜・人参・大根 バナナ	クリームシチューの素 醤油・穀物酢・みりん 	丼 絵皿
25 月	チキンカツ 切干大根サラダ 麦入りごはん わかめスープ 牛乳・いりこ	油 砂糖 滋賀県産こしひかり・押麦	●チキンカツ (→白身魚フライ) 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
★ 26 火	焼そば おさつサラダ スープ フィナンシェ 牛乳・いりこ	中華麺・油・片栗粉 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)	豚肉  牛乳・いりこ	キャベツ・玉ねぎ 赤パプリカ・ピーマン・もやし きゅうり・人参 ブロッコリー・しめじ・もやし	酒・中濃ソース・醤油 塩 チキンコンソメ	絵皿 椀
28 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・ごま油 油・砂糖	焼豚・●卵(→なし) ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・青ねぎ ワカメ・大根・人参 小松菜・コーン 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

★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466Kcal	タンパク質15.5g
	脂質16.1g	カルシウム194mg

