



2023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いません。

*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

★の日はお楽しみメニュー

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・薬類・くだもの類	その他	
2	月	牛肉コロッケ マカロニサラダ 麦入りごはん 味噌汁 牛乳・いりこ	牛肉コロッケ・油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦		キャベツ・ブロッコリー ほうれん草	中濃ソース 塩 だし	給皿 椀
5	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(バナナ) 牛乳・いりこ	でん粉・油・砂糖・ マヨネーズタイプ(卵不使用) 油・砂糖 米(国産)・押麦 おつゆ麴	鶏肉 油揚げ 合わせみそ 牛乳・いりこ	にんにく・玉ねぎ・きゅうり 細切昆布・切干大根・ 干しいたけ・人参・さやいんげん 小松菜 バナナ	塩・料理酒・酢・醤油 醤油・本みりん・だし だし	給皿 椀
12	木	チキンボールカレー風味 和風サラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ	油・でん粉 砂糖・オリーブ油 ロールパン	チキンボール 牛乳・いりこ	玉ねぎ 大根・さやいんげん・人参 キャベツ・コーン	だし・トマトケチャップ・ 醤油・本みりん・塩・ カレーフレーク 酢・醤油 チキンコンソメ	給皿 椀
13	金	五目チャーハン 春巻 ちくわとわかめのサラダ 中華スープ 牛乳・いりこ	米(国産)・油 油 油・砂糖	豚ひき肉・●卵そぼろ(→なし) ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・さやいんげん 春巻 わかめ・大根 白菜・コーン	減塩醤油ラーメンスープ・ 丸鶏がらスープ・塩 酢・醤油 丸鶏がらスープ	給皿 椀
16	月	きつねうどん ちくわのカレー揚げ フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	うどん 小麦粉・油	味付けいなり揚げ ちくわ 牛乳・いりこ	わかめ・大根・人参 オレンジ	だし・白だし カレーパウダー・チキンコンソメ	丼 小皿
17	火	サンマの蒲焼風 もやしとワカメの酢の物 あずきおこわ 花麴の味噌汁 フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	でん粉・油・砂糖 砂糖 米(国産)・もち米 花麴	さんま開き 小豆 合わせみそ 牛乳・いりこ	しょうが 緑豆もやし・人参・わかめ 白菜 りんご	料理酒・醤油・本みりん 酢・醤油 醤油・本みりん・料理酒・だし だし	給皿 椀 小皿
20	金	ポークコロッケ おかかサラダ 麦入りごはん 具だくさんスープ 牛乳・いりこ	油 玉ねぎドレッシング 米(国産)・押麦	かつお節 ウィンナー 牛乳・いりこ	大根・コーン・さやいんげん 白菜・玉ねぎ	コロッケ・中濃ソース チキンコンソメ	給皿 椀
23	月	ハンバーグバーベキュー風味 ポテトサラダ ロールパン 具だくさんスープ 牛乳・いりこ	油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) ロールパン	ハンバーグ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・グリーンピース キャベツ・玉ねぎ・ほうれん草	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 チキンコンソメ	給皿 椀
24	火	チキンカツ しらすのさっぱりサラダ 麦入りごはん 具だくさん中華スープ 牛乳・いりこ	油 玉ねぎドレッシング 米(国産)・押麦	やわらかチキンカツ しらす 牛乳・いりこ	大根・人参・さやいんげん 玉ねぎ・わかめ・緑豆もやし・コーン	中濃ソース 丸鶏がらスープ	給皿 椀
26	木	サバの塩焼 ほうれん草ともやしの菜種和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	油 調合ごま油 米(国産)・押麦	さば ●卵(→なし) 油揚げ・合わせみそ 牛乳・いりこ	ほうれん草・緑豆もやし 玉ねぎ バナナ	塩 醤油・本みりん・だし だし	給皿 椀
30	月	ウィンナーとほうれん草の チーズオムレツ ツナサラダ 麦入りごはん スープ フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	油 米(国産)・押麦	●卵(→鶏)・牛乳・ ミックスチーズ・ウィンナー ツナフレーク 牛乳・いりこ	玉ねぎ・ピーマン 小松菜・大根 人参・白菜 オレンジ	チキンコンソメ・塩・ トマトケチャップ 青じそドレッシング チキンコンソメ	給皿 椀
★ 31	火	メンチカツ おさつサラダ ロールパン 豆乳スープ パンブキンプリン 牛乳・いりこ	油 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) ロールパン	●メンチカツ(→鶏肉の唐揚げ) 豆乳 かぼちゃプリン 牛乳・いりこ	人参・ドライパセリ 玉ねぎ・コーン	中濃ソース 塩 チキンコンソメ	給皿 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452Kcal タンパク質15.6g 脂質17.0g カルシウム195mg
-------	---

