



2014年2月度 いるか幼稚園メニュー

※そば・落花生の入った食材は使用しておりません。



日 曜日	献立名	材 料			その他
		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・葉類・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	
4 火	福豆ご飯 鶏肉と根菜の信州煮 じゃこと白菜の梅風味和え すまし汁 きなこポーク福豆 牛乳・いりこ	水煮大豆 鶏肉、味噌 ちりめんじゃこ	大根、玉ねぎ、人参、ごぼう、グリーンピース 白菜、コーン、わかめ 小松菜	滋賀県産こしひかり コンニャク、油、砂糖 そうめん きなこポーク福豆	醤油、みりん、酒、和風だし みりん、和風だし 練梅、醤油、みりん、和風だし だし【無添加】、醤油、みりん、塩
7 金	大学芋 もやしとほうれん草の中華和え キヤンデイチーズ 牛乳・いりこ	豚肉、ちくわ キヤンデイチーズ 牛乳、いりこ	キヤンベツ、玉ねぎ、人参、キヌサヤ 太もやし、ほうれん草、えのき	中華類、油 さつま芋、油、砂糖 ごま油	塩、中華だし 豚骨ラーメンスープの素 醤油 醤油、みりん、和風だし
10 月	煮込みハンバーグ ウインナーとホトトのソテー スーア フルーツ 牛乳・いりこ	ハンバーグ ウインナー 牛乳、いりこ	インゲン、人参 白菜、ブロッコリー、コーン りんご	滋賀県産こしひかり、押麦 油 じゃが芋、油	コンソメ、ビーコンソテーの素 ケチヤツ、ブコンソメ コンソメ ブイヨン【無添加】、塩
14 金	麦ご飯 白身魚フライ キヤンベツサラダ 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	白身魚フライ ローズハム 豆腐、味噌 牛乳、いりこ	キヤンベツ、人参、胡瓜、シモン果汁 玉ねぎ、ほうれん草 パイナップル【缶詰】	滋賀県産こしひかり、押麦 油 砂糖、オリゴ糖	穀物酢、塩、醤油 だし【無添加】
17 月	おでん風煮込み もやしと小松菜のごま和え 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	牛肉、うずら卵、厚揚げ、ちくわ 味噌 牛乳、いりこ	大根、人参 太もやし、小松菜、コーン 白菜、わかめ みかん【缶詰】	滋賀県産こしひかり、押麦 コンニャク、砂糖 ごま和えの素 麩	醤油、みりん、和風だし、塩 醤油 だし【無添加】
18 火	★ カニコロツケ フレンチサラダ スーア ミニハートのクッキー 牛乳・いりこ	ツナ、ブロッコリー 牛乳、いりこ	ブロッコリー、人参、インゲン 大根、かぼちゃ、青ねぎ	カニコロツケ、油 フレンチドレッシング ミニハートのクッキー	ブイヨン、ケチャップ、ブイヨン、ソース 醤油、塩 ブイヨン【無添加】、塩
21 金	ロールパン ポーケンチュー 卵と野菜のソテー フルーツヨーグルト 牛乳・いりこ	豚肉、牛乳 卵 ヨーグルト 牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、コーン、グリーンピース キヤンベツ、ブロッコリー、サイエのき パイナップル【缶詰】、黄桃【缶詰】、バナナ	丸ロールパン じゃが芋、油 油 砂糖	クリーム、ソテーの素 中華だし
24 月	麦ご飯 鶏肉のゆかり揚げ 白菜と揚げの煮浸し 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	鶏肉 うす揚げ 味噌 牛乳、いりこ	白菜、人参、ほうれん草 かぼちゃ、玉ねぎ、わかめ みかん	滋賀県産こしひかり、押麦 砂糖、小麦粉 砂糖	醤油、みりん、和風だし、ゆかり 醤油、みりん、和風だし だし【無添加】
25 火	麦ご飯 サバの味噌煮 青切昆布の煮物 けんちん汁 フルーツ 牛乳・いりこ	サバ、赤だし、味噌 豚肉、豆腐 牛乳、いりこ	青切昆布、人参、ごぼう、キヌサヤ 大根、玉ねぎ、干しいたけ、青ねぎ 黄桃【缶詰】	滋賀県産こしひかり、押麦 砂糖 コンニャク、油、砂糖	醤油、酒、和風だし 醤油、みりん、和風だし だし【無添加】、醤油、みりん、塩
28 金	カレーライス チーズ入りコーンサラダ パイナップル 牛乳・いりこ	牛肉 チーズ 牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参 コーン、ブロッコリー、胡瓜 寒天、パイナップル【缶詰】	滋賀県産こしひかり、じゃが芋、油 マヨネーズ パイナップル、ジュース、砂糖	カレー

★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、ご了承ください。
栄養素
エネルギー 16.6g 蛋白質 15.5g カルシウム 480kcal 平均栄養面 480kcal 16.6g 15.5g 199mg