



2015年6月度 いるか幼稚園 アレルギーメニュー

＜アレルギー表示 ●卵,▲乳,*バイナツアル,⑤キウイフルーツ,☆えび,◎かに,②いか,⑥牛肉,⑨さば,⑬バナナ,⑩ごま,ナッツ,貝＞
※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・藻類・くだもの類	黄◇ カや体温どなるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類		
1 月	鶏肉のバーベキューソース ほうれん草とツナのソテー スーゾ 牛乳・いりこ	鶏肉 ツナ ▲牛乳,いりこ	ほうれん草,玉ねぎ,コーン キャベツ,人参	滋賀県産こしひかり,押麦 小麦粉,なたね油,砂糖,片栗粉 ▲バター じゃが芋	塩,フイーン,ウスターソース,ケチャップ 醤油,鶏ガラだし 醤油,塩 ブイヨン〔無添加〕,塩	
2 火	麦ご飯 サケのムニエルタルタルソース 昆布イリチー 味噌汁 フルーツ 牛乳・いりこ	サケ うす揚 麦みそ ▲牛乳,いりこ	胡瓜,玉ねぎ 細切昆布,切干大根,生しいたけ,人参 かぼちゃ,白菜,青ねぎ オレンジ	滋賀県産こしひかり,押麦 ●マヨネーズ,小麦粉,なたね油,砂糖 なたね油,砂糖 鹽	塩,穀物酢 醤油,みりん,和風だし ⑨だし〔無添加〕	
5 金	麦ご飯 牛肉と根菜のごま醤油煮 揚げシューマイ 味噌汁 牛乳・いりこ	⑤牛肉,厚揚げ ●▲しゅうまい 麦みそ ▲牛乳,いりこ	大根,玉ねぎ,人参,いんげん 太もやし,ほうれん草,ワカメ	滋賀県産こしひかり,押麦 なたね油,砂糖,⑨白ごま なたね油	醤油,和風だし,水 ⑨だし〔無添加〕	
8 月	麦ご飯 ポーグシチュー サラダ フルーツ 牛乳・いりこ	豚肉 ◎◎かに,かま ▲牛乳,いりこ	人参,玉ねぎ,グリーンピース キャベツ,胡瓜 オレンジ	滋賀県産こしひかり,押麦 じゃが芋,なたね油 ●フレンチドレッシング	ハヤシルー	
★ 9 火	五目チャーハン ミートボールの甘酢あんかけ 白菜のおかか和え スーゾ ミニオナシエ 牛乳・いりこ	●▲ロースハム,●卵 ▲チキンボール ちくわ,花かつお 豆腐 ▲牛乳,いりこ	玉ねぎ,青ねぎ 白菜,小松菜,人参 太もやし,いんげん	滋賀県産こしひかり,なたね油 ⑨ごま油,なたね油 なたね油,砂糖,片栗粉 ●焼菓子	貝◎チャーハンの素 鶏ガラだし,塩,醤油 穀物酢,醤油,ケチャップ,鶏ガラだし 醤油,みりん,和風だし ブイヨン〔無添加〕,塩	
12 金	きつねうどん そぼろ小松菜 フルーツ 牛乳・いりこ	味付油揚げ,●かまぼこ 豚ミンチ ▲牛乳,いりこ	ワカメ 小松菜,人参,コーン オレンジ	うどん なたね油,砂糖	⑨昆布つゆ,だし,昆布 醤油,みりん,酒,和風だし	
13 土	創立記念日 カレーライス	鶏肉	玉ねぎ,人参	滋賀県産こしひかり,じゃが芋 なたね油	カレーフレーク	
16 火	もやしとチヂンサイのこま和え フルーツ 牛乳・いりこ	ちくわ ▲牛乳,いりこ	太もやし,チンゲンサイ りんご	滋賀県産こしひかり,押麦 砂糖 なたね油	⑨▲⑨ごま和えの素,醤油	
19 金	麦ご飯 サバの味噌煮 ペーコンと野菜のソテー かき玉汁 フルーツ 牛乳・いりこ	⑨さば 赤だしみそ ●▲ペーコン ●卵 ▲牛乳,いりこ	玉ねぎ,人参,グリーンアスパラガス 大根,えのき,青ねぎ オレンジ	▲ロールパン なたね油 ●マヨネーズ,さつま芋,じゃが芋 ⑨ごま油	醤油,酒,和風だし ブイヨン ⑨だし〔無添加〕,醤油,みりん,塩	
22 月	ロールパン チキンカツ サツマイモのサラダ, 具だくさんスーゾ 牛乳・いりこ	●▲チキンカツ 豆腐,●かまぼこ ▲牛乳,いりこ	胡瓜 グリーンアスパラガス,生しいたけ	▲ロールパン なたね油 ●マヨネーズ,さつま芋,じゃが芋 ⑨ごま油	ケチャップ 塩 ブイヨン〔無添加〕,塩	
23 火	ツナともやしの中華和え フルーツ 牛乳・いりこ	ツナ ▲牛乳,いりこ	白菜,玉ねぎ,人参 太もやし,小松菜,コーン ⑬バナナ	中華麺,なたね油 ⑨白ごま,⑨ごま油	塩,鶏ガラだし ⑨とん骨ラーメン,スーゾ 醤油,みりん,和風だし	
26 金	麦ご飯 鶏肉の唐揚げ マカロニと野菜のサラダ 味噌汁 牛乳・いりこ	鶏肉 ツナ 豆腐,麦みそ ▲牛乳,いりこ	キャベツ,パプリカ,胡瓜 玉ねぎ,かぼちゃ,青ねぎ	滋賀県産こしひかり,押麦 片栗粉,なたね油 マカロニ,●マヨネーズ	醤油,酒 塩 ⑨だし〔無添加〕	
29 月	麦ご飯 メンチカツ ちくわと野菜のソテー スーゾ フルーツ 牛乳・いりこ	▲メンチカツ, ちくわ ▲牛乳,いりこ	ブロッコリー,玉ねぎ,コーン 白菜,人参 りんご	滋賀県産こしひかり,押麦 なたね油 なたね油 じゃが芋	トンカツソース 鶏ガラだし ブイヨン〔無添加〕,塩	
30 火	ロールパン ツインマカロニのボロネーゼ ハンバーグサラダ スーゾ 牛乳・いりこ	豚ミンチ ▲牛乳,いりこ	玉ねぎ,グリーンピース,トマト かぼちゃ,ブロッコリー,人参 ワカメ,ほうれん草,コーン	▲ロールパン ツインマカロニ,オリゴ油,砂糖 ●マヨネーズ	ケチャップ,ウスターソース,ブイヨン 塩 塩 ブイヨン〔無添加〕,塩	

★の日はお楽しみメニュー

※材料費の都合により、献立が一歩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	蛋白質	脂質	カルシウム
平均栄養価	467 kcal	16.7 g	16.4 g	181 mg

クラス	
氏名	
備考	