

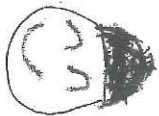


2015年度 12月 いるか幼稚園メニュー

ごきげんよう
いっしょに
なつたし

＜アレルギー表示 ●卵,▲牛乳,*パイナップル,⑤キウイフルーツ,☆えび,◎かに,②いか,③いくら,⑧さけ,⑨さば,⑩やまいも,⑪ごま,◆ナッツ＞
※そば・落花生の入った食材は使用しておりません。

*ちくわやインナーは卵・乳成分が
含まれていない製品を使用しております。

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◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
★	クリスマスピラフ フライドチキン カラフルサラダ	ウインナー 鶏肉 	人参・玉ねぎ ピーマン・パプリカ (黄) 赤ピーマン・ブロッコリー キャベツ・コーン・シモネ 汁 白菜・わかめ	滋賀県産こしひかり・油 片栗粉・油 砂糖・オリーブ油 さつま芋 ●/▲ミニライオン	チキンコンソメ・塩 鶏がらスープ 穀物酢・塩・醤油 チキンコンソメ
1 火	スーパ クリスマスデザート 牛乳・いりこ	▲牛乳・いりこ			
4 金	五目うどん 大根と胡瓜のさっぱり和え フルーツ (オレンジ) 牛乳・いりこ	豚肉 しらす干し ▲牛乳・いりこ	ごぼう・人参・玉ねぎ ほうれん草・だし昆布 大根・胡瓜 オレンジ 	うどん 砂糖	だし・醤油・みりん・塩 穀物酢・醤油・みりん
7 月	ロールパン かぼちゃミンチフライ 和風マカロニサラダ スーパ 牛乳・いりこ		玉ねぎ・人参・胡瓜・コーン ほうれん草・えのき	▲ロールパン 国産かぼちゃ挽肉フライ・油 フランスマカロニ・●マヨネーズ さつま芋	塩・青じそドレッシング チキンコンソメ 
8 火	チキンカレー ソーセージのサラダ りんごかん 牛乳・いりこ	鶏肉 フィッシュソーセージ ▲牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 キャベツ・コーン・ほうれん草 寒天・アップルジュース	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 砂糖 砂糖 砂糖	カレーフレーク 醤油・穀物酢・みりん
11 金	麦入りごはん アジの旨煮 大根と胡瓜のさっぱり和え 味噌汁 フルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ	アジ 合わせ麦みそ ▲牛乳・いりこ	おろし生姜 大根・胡瓜・人参 玉ねぎ・小松菜 バナナ	滋賀県産こしひかり・押麦 砂糖 砂糖 さつま芋	ウスターソース・醤油・酒 穀物酢・醤油・みりん だし 
14 月	お雑煮 あべかわもち 牛肉の野菜巻 (インゲン・人参) 炒めなます きんとん 黒豆 ごまめ	●かまぼこ きな粉 ●牛肉の野菜巻 きざみ揚げ 黒豆 いりこ	白菜・玉ねぎ 人参・みつば・ゆず 大根・人参・れんこん	片栗粉・もち米・里芋 もち米・砂糖 油・砂糖 さつま芋・砂糖 砂糖	出し・醤油・塩 塩 醤油・酒・出し・穀物酢・塩 みりん・醤油

★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がありますので、ご了承ください

栄養素	エネルギー	蛋白質	脂質	加糖乳	備考
平均栄養価	471kcal	16.1g	13.6g	171mg	