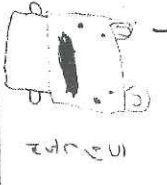


2016年度 1月 いるか幼稚園メニュー



*ちくわ・ウインナーは脂・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 質			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	
12 火	麻婆丼 ロコニーサラダ 中華スープ 牛乳・いりこ	豆腐・合ミンチ・合わせ麦みそ 豚肉・合わせ麦みそ ちくわ 牛乳・いりこ	野苺類・藻類・くだもの類 おろし生姜・玉ねぎ 人参・干しいたけ パプリカ(黄)・赤ピーマン・ほうれん草 キャベツ・わかめ・コーン	滋賀県産こしひかり 油・砂糖・片栗粉 ロコニー・油	醤油・酒・鶏がらスープ 玉ねぎドレッシング 鶏がらスープ 麦茶
15 金	ほうとう風うどん ちくわの磯辺揚 フルーツ(みかん) 牛乳・いりこ	豚肉・合わせ麦みそ ちくわ 牛乳・いりこ	かぼちゃ・大根・しいたけ ごぼう・青ねぎ・だし昆布 青のり みかん	うどん 小麦粉・油	出し・醤油・酒 麦茶
18 月	麦入りごはん 鶏肉のチャプチェ 大学かぼちゃ 味噌汁 フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ	鶏肉 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・ピーマン かぼちゃ 大根・もやし・青葱 りんご	滋賀県産こしひかり・押麦 春雨・油・砂糖 白ごま・調合ごま油 油・砂糖・黒ごま	醤油・みりん・酒 出し
19 火	★ 洋風そぼろ寿司 フロッコリー洋風煮 かき玉汁 カスタードホットケーキ 牛乳・いりこ	鶏ミンチ・ローヌハム 卵 牛乳・いりこ	干しいたけ・人参・胡瓜・コーン フロッコリー・人参 もやし	滋賀県産こしひかり・砂糖・油 麩	穀物酢・塩 醤油・みりん・出し チキンコンソメ 出し・醤油・塩 カスタードホットケーキ 麦茶
22 金	麦入りごはん サバの味噌煮 白菜の塩昆布和え すまし汁 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	サバ・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	白菜・小松菜・人参・塩昆布 大根・青葱 バナナ	滋賀県産こしひかり・押麦 砂糖 花麩	出し・醤油・酒 出し・醤油・塩 麦茶
25 月	ロールパン 牛肉コロッケ イタリアン風サラダ スープ 牛乳・いりこ	 豚肉 牛乳・いりこ	キャベツ・フロッコリー 人参・コーン ほうれん草・しめじ・大根	ロールパン コロッケ・油 セミセバイタリアン	チキンコンソメ 麦茶
26 火	ポーカカリー しらすと大根のサラダ オレシジカン 牛乳・いりこ	豚肉 しらす干し 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 大根・胡瓜・わかめ 鹽天・オレシジソース	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 油・砂糖 砂糖	カレーフレーク 穀物酢・醤油 麦茶

*この日はお楽しみメニュー
*材料の割合により、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	1人分	蛋白質	脂質	カロリン
栄養素	440kcal	15.5g	12.2g	198mg
平均栄養価				

