

2016年度 2月 いるか幼稚園メニュー

ごもほなほはい

*ちくわ・カンパニーは卵・乳成分が含まれていない製品を使用しております。

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◇ からだの骨子をつくるもの 野菜類・果類・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	
2 火	福豆ごはん アジの煮付け 菜種和え 味噌汁 (節分豆) 牛乳・いりこ	水煮大豆 アジ 卵 合わせ麦みそ 節分豆 牛乳・いりこ	おろし生姜 フロッコリー・キャベツ わかめ・玉ねぎ	滋賀県産こしひかり 砂糖 醤油合ごま油 麩	醤油・みりん・酒・出し 醤油・酒・出し 醤油・みりん・出し 出し 麦茶
5 金	ス/ペグチイナボリタン ポテトサラダ オニオンリングライ スーゾ フルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ	ハム オニオンリング 牛乳・いりこ	玉ねぎ・ピーマン・人参・トマトピューレ 胡瓜・赤ピーマン ほうれん草・しめじ・ちやし バナナ	ス/ペグチイ・油 じゃが芋・マヨネーズ 油	塩・クチャツブ・チキンコンソメ 塩 チキンコンソメ 麦茶
8 月	ローリ/ペン キャベツメンチカツ 春雨サラダ スーゾ 牛乳・いりこ	キャベツメンチカツ ちくわ 牛乳・いりこ	ピーマン・人参・コーン ほうれん草・しめじ・大根	ローリ/ペン 油 春雨・醤油合ごま油・砂糖	醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ 麦茶
★ 9 火	麦入りごはん エビフライ&フライドチキン キャベツとチーズのサラダ オニオンスーゾ ミルチヨココアリン 牛乳・いりこ	エビフライ・鶏肉 チーズ 牛乳 牛乳・いりこ	キャベツ・胡瓜・人参 玉ねぎ・ドライトマト 蓬天	滋賀県産こしひかり・押麦 油・片栗粉・油 セミセ/ペイタリアン 油	鶏がらスーゾ 塩 チキンコンソメ アリンの素・ココア 麦茶
12 金	麦入りごはん 牛肉とじゃが芋の燗煮 しらすサラダ すまし汁 牛乳・いりこ	牛肉 しらす干し・チーズ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・ひじき・グリーンピース キャベツ・人参・シモン果汁 小松菜	滋賀県産こしひかり・押麦 じゃが芋・油・砂糖 砂糖・オリブ油 麩・そうめん	出し・醤油・みりん・酒 穀物酢・塩・醤油 出し・醤油・塩 麦茶
15 月	麦入りごはん チキンボールの甘酢炒め ナムル たまごスーゾ フルーツ (みかん) 牛乳・いりこ	チキンボール 卵 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・ピーマン・パプリカ (黄) 切干大根・赤ピーマン・白菜・小松菜 キャベツ・わかめ みかん	滋賀県産こしひかり・押麦 油・砂糖・片栗粉 白ごま・砂糖・醤油合ごま油	醤油・クチャツブ・鶏がらスーゾ 醤油・塩 鶏がらスーゾ 麦茶
16 火	麦入りごはん ハンバーグ 野菜マカロニサラダ スーゾ 牛乳・いりこ	ハンバーグ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・カットトマト 玉ねぎ・人参・フロッコリー・コーン えのき・ほうれん草・大根	滋賀県産こしひかり・押麦 油 ツイストマカロニ・マヨネーズ	クチャツブ チキンコンソメ 麦茶
19 金	ポーカカシー のりマヨサラダ ホワイトサワーかん 牛乳・いりこ	豚肉 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 胡瓜・大根・コーン・青のり 蓬天	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 マヨネーズ カルピス	カレーフレーク 塩 麦茶
22 月	ローリ/ペン かぼちゃクリームシチュー ポテトフライ グリーンサラダ 牛乳・いりこ	豚肉・牛乳 牛乳・いりこ	かぼちゃ・人参・玉ねぎ・グリーンピース フロッコリー・胡瓜・キャベツ	ローリ/ペン 油 ミニポテト・油 油・砂糖	クリームシチューの素 穀物酢・醤油 麦茶
23 火	麦入りごはん サバの竜田揚げ 大根と昆布の酢の物 味噌汁 牛乳・いりこ	サバ 豆腐・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	おろし生姜 大根・胡瓜・きざみ昆布 わかめ	滋賀県産こしひかり・押麦 砂糖・片栗粉・油 砂糖 麩	醤油・酒 穀物酢・醤油 出し 麦茶
26 金	鶏塩ラーメン ちくわと白菜の中華和え フルーツ (オレシジ) 牛乳・いりこ	鶏肉 ちくわ 牛乳・いりこ	ちやし・わかめ・玉ねぎ・人参 胡瓜・白菜 オレシジ	中華類 醤油合ごま油	塩ラーメンスーゾ 醤油・みりん・鶏がらスーゾ 麦茶
29 月	高野豆腐のそぼろ丼 カンパニーと大根の 和風コンソメ煮 味噌汁 フルーツ (りんご) 牛乳・いりこ	高野豆腐・合ミソチ フイッシユリーゼー 豆腐・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・グリーンピース 大根・人参 玉ねぎ・しめじ りんご	滋賀県産こしひかり 押麦・油・砂糖・片栗粉	醤油・酒・出し 醤油・チキンコンソメ 出し 麦茶

★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	1人分	蛋白質	脂質	エネルギー
栄養素	454kcal	16.2g	14.7g	200mg
平均栄養価				

