



2016年度 6月 いるか幼稚園メニュー



*ちくわ・ウインナーは卵・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
		黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いち類	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		
3 金	ホークカレー ツナと胡瓜のサラダ ホワイトソーカン 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 マヨネーズ 砂糖	豚肉 まぐろフレーク カルピス 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 胡瓜・コーン 寒天	カレーフレーク 麦茶	
6 月	ロールパン 野菜コロッケ しらすと大根のサラダ スーゾ 牛乳・いりこ	ロールパン 野菜コロッケ・油	しらす干し 牛乳・いりこ	大根・グリーンアスパラガス 小松菜・玉ねぎ・人参	青じそドレッシング チキンコンソメ 麦茶	
7 火	白菜とちくわのおかか和え たまごスーゾ コルーツ (オレソジ) 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・油・砂糖・ごま油	牛肉・合わせ煮みそ ちくわ・かつお節 卵	小松菜・大根・人参・もやし 白菜 わかめ オレソジ	鶏がらスーゾ・穀物酢・醤油 醤油・みりん・だし 鶏がらスーゾ	
10 金	コンタン醤油ラーメン ナムル コルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ	ラーメン・油・調合ごま油 白ごま・砂糖・調合ごま油	コンタン 牛乳・いりこ	玉ねぎ・キャベツ・しめじ・青葱 チンゲンサイ・もやし・人参 バナナ	鶏がらスーゾ・醤油・塩 醤油・塩 麦茶	
14 火	麦入りごはん サケの唐揚げ ごぼうサラダ すまし汁 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・押麦 小麦粉・片栗粉・油 マヨネーズ	サケ 牛乳・いりこ	おろし生姜 ごぼう・人参・胡瓜・コーン ほうれん草・えのき・青葱	醤油・酒 だし・塩 だし・醤油・塩 麦茶	
★ 17 金	五目チャーハン 鶏の唐揚げ 白菜のさっぱり和え 汁ピーマン 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・油・ごま油 片栗粉・油 砂糖 ピーマン	卵・豚豚 鶏肉 牛乳・じゃこ	人参・玉ねぎ・青葱 白菜・胡瓜・コーン わかめ	塩・鶏がらスーゾ 鶏がらスーゾ 穀物酢・醤油・みりん 鶏がらスーゾ 麦茶	
20 月	和風スバテライ トンカツ ポテトサラダカリー風味 牛乳・いりこ	スバテライ・オリーブ油・片栗粉 油 じゃが芋・マヨネーズ	牛肉 とんかつ 牛乳・じゃこ	白菜・アロツコリー・しめじ・青葱 胡瓜・コーン	塩・だし・醤油 塩・カレー粉 麦茶	
21 火	麦入りごはん 肉団子の照り煮 ほうれん草のじゃこ和え 味噌汁 コルーツ (ゆんだ) 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・押麦 油・砂糖・片栗粉	チキンボール しらす干し 合わせ煮みそ 牛乳・じゃこ	おろし生姜 ほうれん草・もやし・人参 白菜・しめじ・玉ねぎ ゆんだ	だし・醤油・みりん 醤油・みりん・だし だし 麦茶	
24 金	麦入りごはん アジの旨煮 ひじきサラダ 味噌汁 コルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・押麦 砂糖 砂糖・マヨネーズ	アジ 合わせ煮みそ 牛乳・いりこ	おろし生姜 芽ひじき・人参・インゲン かぼちゃ・白菜・しめじ バナナ	ウスターソース・醤油・酒 だし・醤油・みりん だし 麦茶	
27 月	ロールパン かぼちゃサンドライ コーンサラダ スーゾ 牛乳・いりこ	ロールパン 油 砂糖・オリーブ油	牛乳・いりこ	コーン・胡瓜・人参・レモン果汁 大根・キャベツ・わかめ	かぼちゃサンドライ 穀物酢・塩・醤油 チキンコンソメ 麦茶	
28 火	麦入りごはん 家常豆腐 (シヤーツアンドウフ) ※豚肉と厚揚げ 中華風味噌炒め 小松菜とキャベツの中華和え ワカメスーゾ 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・押麦 油・砂糖・片栗粉 調合ごま油	豚肉・厚揚げ トンメソジャン・合わせ煮みそ 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・干しいだけ ピーマン・おろし生姜 小松菜・キャベツ わかめ・大根・青葱	醤油・酒・鶏がらスーゾ 醤油・みりん・鶏がらスーゾ 鶏がらスーゾ 麦茶	

★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。

平均栄養価	エネルギー469Kcal	タンパク質16.1g
	脂質16.1g	カルシウム180mg

