



2016年度 9月 いるか幼稚園メニュー



<アレルギー表示 〇卵,▲牛乳,*バイナツツリル,⑤わか梅リ,☆えび,◎かに,②いか,③いくら,⑧さけ,⑨さば,⑭やまいち,⑯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・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

日 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	
5月	ハヤシライス しらすと大根のサラダ りんごかん 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・油 砂糖	牛肉 しらす干し ▲牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・しめじ 大根・ブロッコリー 寒天・りんごジュース	ハヤシソース・ケチャップ 青じそドレッシング 麦茶
6火	ロールパン ミンチカツ ポテトサラダ スーア 牛乳・いりこ	▲ロールパン 油 じゃが芋・●マヨネーズ	▲ミンチカツ ▲牛乳・いりこ	胡瓜・玉ねぎ・コーン 白菜・インゲン・わかめ	塩 チキンコンソメ 麦茶
9金	麦入りごはん サケの煮付け 白菜と小松菜の磯和え 味噌汁 フルーツ (オレシンジ) 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・押麦 砂糖	③サケ 豆腐・合わせ麦みそ ▲牛乳・いりこ	白菜・小松菜・人参・青のり 青葱 オレシンジ	醤油・酒・かつおだし 醤油・みりん・だし だし 麦茶
12月	照焼ハンバーグ マカロニサラダ たまごスーア 牛乳・いりこ	▲ロールパン 油・砂糖・片栗粉 ツイストマカロニ・●マヨネーズ	▲ハンバーグ ●卵 ▲牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・ピーマン 大根・青葱	醤油・みりん・酒 塩 チキンコンソメ 麦茶
13火	豚肉うどん 大学芋 フルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ	うどん さつま芋・油・砂糖・⑨黒ごま	豚肉・ちくわ ▲牛乳・いりこ	えのき・人参・青葱・だし昆布 バナナ	だし・醤油・みりん・塩 麦茶
16金	★ トウモロコシごはん 鶏の竜田揚げ ちくわとキャベツの酢の物 味噌汁 ピーチゼリー 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり 砂糖・片栗粉・油 砂糖 そうめん ちもちゼリー ▲牛乳・いりこ	鶏肉 ちくわ 合わせ麦みそ ▲牛乳・いりこ	コーン おろし生姜 キャベツ・インゲン しめじ・わかめ	塩・酒 醤油・酒 穀物酢・醤油 だし 麦茶
20火	麦入りごはん サバの甘辛煮 ほうれん草とキャベツのごま和え 味噌汁 フルーツ (梨) 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・押麦 砂糖 ⑩白ごま 麩	⑩サバ 豆腐・合わせ麦みそ ▲牛乳・いりこ	ほうれん草・キャベツ・人参 青葱 梨	だし・醤油・みりん・酒 醤油・みりん・だし だし 麦茶
23金	麦入りごはん 牛肉と大根のごま醤油煮 ちくわの天ぷら 味噌汁 フルーツ (オレシンジ) 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・押麦 砂糖・⑨白ごま 小麦粉・油	牛肉 ちくわ きざみ揚げ・合わせ麦みそ ▲牛乳・いりこ	大根・玉ねぎ・人参・グリーンピース 白菜・わかめ オレシンジ	だし・醤油 塩 だし 麦茶
26月	ロールパン 牛肉コロッケ ごぼうサラダ わかめスーア 牛乳・いりこ	▲ロールパン ▲コロッケ・油 ●マヨネーズ	▲牛乳・いりこ	ごぼう・コーン・胡瓜・玉ねぎ わかめ・大根	醤油 鶏がらスーア 麦茶
27火	炒り豆腐 ちくわの青のり焼 中華スーア フルーツ (バナナ) 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・押麦 油・砂糖・⑨調合ごま油 油・砂糖	豆腐・豚肉・●卵 ちくわ ▲牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・ピーマン 干しいたけ・おろし生姜 青のり コーン・白菜・わかめ バナナ	だし・醤油・みりん・酒 醤油・みりん 鶏がらスーア 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468Kcal 脂質16.9g	タンパク質16.8g カルシウム191mg
-------	-------------------------	--------------------------