こどもはみんなすばらしい

２０１６年度　12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

日	曜日	献立名	材料 黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	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	その他
2	金	ロールパン 照焼ハンバーグ 和風マカロニサラダ スープ 牛乳・いりこ	ロールパン 油・砂糖・片栗粉 マカロニ・マヨネーズ	ハンバーグ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・胡瓜・コーン 小松菜・白菜・えのきだけ	醤油・みりん・酒 塩・青じそドレッシング チキンコンソメ
★ 5	月	クリスマスピラフ フライドチキン ブロッコリーサラダ スープ クリスマスデザート 牛乳・いりこ	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	ウインナー 鶏肉 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・ピーマン ブロッコリー・キャベツ コーン・レモン果汁 白菜・わかめ	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 クリスマス三色ゼリー
6	火	ポークカレー 春雨サラダ フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ	滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 春雨・油	豚肉 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参 コーン・胡瓜・人参 オレンジ	カレーフレーク 青じそドレッシング
9	金	ロールパン ボルシチ風煮込み 星のミートコロッケ ソーセージのサラダ 牛乳・いりこ	ロールパン じゃが芋・油 星のミートコロッケ・油 砂糖	牛肉 フィッシュソーセージ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・キャベツ・人参 ダイストマト・ドライパセリ キャベツ・コーン・ほうれん草	チキンコンソメ 醤油・穀物酢・みりん
12	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	片栗粉・もち米 もち米・砂糖 油・砂糖 さつま芋・砂糖 砂糖	かまぼこ きな粉 牛肉の野菜巻 きざみ揚げ 黒豆甘煮 いりこ	白菜・玉ねぎ 里芋・人参・みつば 大根・人参・れんこん	だし・醤油・塩 塩 醤油・酒・だし・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もありますので、ご了承下さい。

平均栄養価	エネルギー510Kcal　タンパク質15.6ｇ 脂質18.6ｇ　カルシウム166mg