



2017年度 2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 木 | 福豆おこわ アジの煮付け 菜種和え 味噌汁 (おにのこん棒ボン菓子) 牛乳・いりこ | 滋賀県産こしひかり 砂糖 ごま油 そうめん こめ棒くん | 水煮大豆 アジ 卵 合わせ麦みそ 牛乳・いりこ | 生姜 ブロッコリー・キャベツ 青葱・玉ねぎ | 醤油・みりん・酒・だし 醤油・酒・だし 醤油・みりん・だし だし 麦茶 |
| 7 火 | 麦入りごはん 鶏肉のカレー風味揚 切干大根サラダ 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ | 滋賀県産こしひかり・押麦 小麦粉・油 砂糖・ごま油 | 鶏肉 豆腐・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ | 切干大根・人参・胡瓜・コーン 小松菜・白菜 オレンジ | 塩・カレー粉・デミグラスソース ケチャップ・チキンコンソメ 醤油・穀物酢・みりん だし 麦茶 |
| 10 金 | チャンポン ちくわと白菜の中華和え フルーツ(りんご) 牛乳・いりこ | ラーメン・油 ごま油 | 豚肉・ちくわ ちくわ 牛乳・いりこ | 玉ねぎ・人参 キャベツ・青ねぎ 胡瓜・白菜 りんご | 塩・鶏がらスープ 豚骨ラーメンスープ 醤油・みりん・鶏がらスープ 麦茶 |
| 13 月 | 麦入りごはん チキンボールの甘酢炒め ナムル フルーツ(みかん) 中華スープ 牛乳・いりこ | 滋賀県産こしひかり・押麦 油・砂糖・片栗粉 白ごま・砂糖・ごま油 | チキンボール 牛乳・いりこ | 切干大根・人参・小松菜・白菜 みかん 玉ねぎ・キャベツ・わかめ | 穀物酢・醤油 ケチャップ・鶏がらスープ 醤油・塩 鶏がらスープ 麦茶 |
| ★ 14 火 | 麦入りごはん ハートのミートコロッケ 野菜マカロニサラダ 味噌汁 ミルクチョコプリン 牛乳・いりこ | 滋賀県産こしひかり・押麦 ハートのミートコロッケ・油 ツイストマカロニ・マヨネーズ プリンの素 | 卵・合わせ麦みそ 牛乳 牛乳・いりこ | 玉ねぎ・人参 ブロッコリー・ドライパセリ ほうれん草・しめじ 寒天 | 塩 だし ココア 麦茶 |
| 17 金 | ポークカレー のりマヨサラダ ホワイトサワーかん 牛乳・いりこ | 滋賀県産こしひかり・じゃが芋・油 マヨネーズ | 豚肉 カルピス 牛乳・いりこ | 玉ねぎ・人参 胡瓜・大根・コーン・あおさのり 寒天 | カレーフレーク・ケチャップ・ウスターソース 塩 麦茶 |
| 20 月 | 麦入りごはん 照焼ハンバーグ 大根のさっぱりサラダ スープ 牛乳・いりこ | 滋賀県産こしひかり・押麦 油・砂糖・片栗粉 | ハンバーグ かつお節 牛乳・いりこ | 大根・胡瓜・人参・コーン 玉ねぎ・ほうれん草・わかめ | チキンコンソメ・醤油・みりん・酒 青じそドレッシング チキンコンソメ 麦茶 |
| 21 火 | スパゲティミートソース ポテトサラダ オニオンリングフライ スープ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ | スパゲティ・油・砂糖 じゃが芋・マヨネーズ 油 | 合ミンチ・水煮大豆 オニオンリング 牛乳・いりこ | 玉ねぎ・ドライパセリ 胡瓜・人参・コーン 小松菜・しめじ・もやし バナナ | 料理用ワイン・ケチャップ ウスターソース・醤油・塩 塩 チキンコンソメ 麦茶 |
| 24 金 | ロールパン 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 | ロールパン 油 フライドポテト・油 | 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 ブロッコリー・胡瓜・キャベツ | クリームシチューの素 青じそドレッシング 麦茶 |
| 27 月 | 麦入りごはん 豚じゃが ちくわの照り焼 味噌汁 牛乳・いりこ | 滋賀県産こしひかり・押麦 じゃが芋・油・砂糖 油・砂糖 | 豚肉 ちくわ うす揚げ・合わせ麦みそ 牛乳・いりこ | 玉ねぎ・人参・グリーンピース ワカメ・白菜 | だし・醤油・みりん・酒 醤油・みりん だし 麦茶 |
| 28 火 | ロールパン チキンカツ 春雨サラダ スープ 牛乳・いりこ | ロールパン 油 はるさめ・油・砂糖・ごま油 | チキンカツ 牛乳・いりこ | ブロッコリー・人参・コーン ほうれん草・しめじ・大根 | 醤油・穀物酢・みりん チキンコンソメ 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、ご了承下さい。

| | | |
|-------|--------------|------------|
| 平均栄養価 | エネルギー471Kcal | タンパク質16.1g |
| | 脂質17.4g | カルシウム201mg |

