



昼食

平成30年11月27日発行
せいしん幼稚園
第二せいしん幼稚園

日付	曜日	献立名	材料	おやつ	おやつ	
1	15	土	御飯 鶏肉の甘辛煮 ひじきの和え物 大根のみそ汁	米 鶏肉、片栗粉、たまねぎ、葉ねぎ、濃口、薄口、砂糖、本みりん ひじき、キャベツ、にんじん、きゅうり、ほうれんそう、昆布だし、砂糖、薄口、濃口 だいこん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、あわせ味噌	せんべい(魚)	ポテト フレンチフライポテト、食塩
3	17	月	ミートスパゲティ りんごサラダ オニオンスープ チーズ	スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、油、ケチャップ、トマト缶、トマトジュース、砂糖、食塩、コンソメ キャベツ、きゅうり、りんご、卵不使用マヨドレ、酢、食塩 たまねぎ、コンソメ、食塩、薄口 鉄分カルシウム入りチーズ(乳)	クッキー 小麦粉、マーガリン、砂糖、抹茶 ぶどうジュース	おにぎり 米、塩こんぶ
4	18	火	御飯 魚の煮付け 野菜炒め 豆腐のみそ汁	米 かれい、濃口、砂糖、酒、本みりん キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、顆粒だし(魚)、食塩、薄口 木綿豆腐、わかめ、かつお・昆布だし汁、あわせ味噌	みかんヨーグルト ヨーグルト(乳)、砂糖、みかん缶	フルーツヨーグルト ヨーグルト(乳)、砂糖、みかん缶、もも缶 パン缶【5~2歳児】
5	19	水	御飯 鶏肉の唐揚げ 切り干し大根煮 具沢山みそ汁	米 鶏肉、濃口、酒、片栗粉、油 切り干しだいこん、油揚げ、にんじん、昆布だし汁、酒、砂糖、薄口、濃口 じゃがいも、にんじん、さといも、ごぼう、はくさい、葉ねぎ、かつお・昆布だし汁、あわせ味噌	きな粉ラスク 食パン(乳)、マーガリン、砂糖、きな粉 牛乳	きな粉マカロニ マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 牛乳
6	20	木	ちらし寿司 いんげんの白和え 麩のみそ汁	米、かんぴょう、にんじん、れんこん、高野豆腐、しらす干し、卵 酢、砂糖、食塩、濃口、薄口、酒 いんげん、にんじん、しめじ、油揚げ、板こんにやく、木綿豆腐、昆布だし、砂糖、薄口、濃口、すりごま 焼ふ、葉ねぎ、かつお・昆布だし汁、あわせ味噌	ジャーマンポテト フレンチフライポテト、ウインナー(豚肉) 油、コンソメ、食塩 牛乳	チーズとクラッカー 鉄分カルシウム入りチーズ(乳)、クラッカー 牛乳
7	21	金	御飯 ポークケチャップ ブロッコリーサラダ コーンスープ	米 豚肉、たまねぎ、ピーマン、油、ケチャップ、コンソメ、食塩 キャベツ、にんじん、きゅうり、ブロッコリー、ごま醤油ドレ(ごま) たまねぎ、コーン、コンソメ、食塩、薄口、片栗粉	ドーナツ(卵・乳) 牛乳	グラタントースト 食パン(乳)、ホワイトソース(乳)、むきえび、シュレッドチーズ(乳) 牛乳
8	22	土	御飯 魚のみそ漬け焼き かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草のすまし汁	米 さわら、あわせ味噌、砂糖、本みりん かぼちゃ、鶏ひき肉、油、濃口、本みりん、片栗粉 ほうれんそう、油揚げ、かつお・昆布だし汁、食塩、薄口、酒	あられ	キャロットゼリー にんじん、かんてん、砂糖、オレンジジュース
10	月	御飯 鶏肉の野菜あん じゃこサラダ 玉ねぎとあげのみそ汁	米 鶏肉、片栗粉、にんじん、しめじ、えのき、いんげん、昆布だし汁、薄口、酒、本みりん、食塩 キャベツ、にんじん、きゅうり、わかめ、しらす干し、青じそドレ(魚・豚肉) たまねぎ、油揚げ、葉ねぎ、かつお・昆布だし汁、あわせ味噌	バナナ 牛乳		
11	火	中華丼 春巻 もやしスープ	米、豚肉、はくさい、こまつな、たけのこ、にんじん、黒きくらげ、がら味(豚肉)、砂糖、食塩、薄口、片栗粉 ツナ、はるさめ、ピーマン、にんじん、酒、濃口、薄口、食塩、片栗粉、春巻きの皮、油 緑豆もやし、たまねぎ、葉ねぎ、がら味(豚肉)、食塩、薄口	プリン 牛乳、プリンの素(乳)		
25	火	ケチャップライス エビフライ クリームシチュー	米、ウインナー(豚肉)、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、ケチャップ、食塩 えび、小麦粉、パン粉、油、食塩 鶏肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しめじ、ブロッコリー、コーン、豆乳、シチューミックスクリーム		クリスマスカップケーキ 米粉ケーキ、いちご、小麦粉、マーガリン、砂糖 油、豆乳、レモン汁、砂糖菓子(飾り用)	
12	26	水	御飯 魚の若狭焼き 小松菜と厚揚げ煮 かぼちゃのみそ汁	米 さけ、薄口、酒、本みりん 小松菜、厚揚げ、にんじん、しめじ、昆布だし汁、濃口、薄口、砂糖、酒、食塩 かぼちゃ、たまねぎ、かつお・昆布だし汁、あわせ味噌	ピザトースト 食パン(乳)、シュレッドチーズ(乳)、ウインナー(豚肉) たまねぎ、ピーマン、ケチャップ 牛乳	セサミトースト 食パン(乳)、マーガリン、すりごま、砂糖 牛乳
13	27	木	御飯 チンジャオロースー 厚焼き玉子 わかめスープ	米 牛肉、ピーマン、たけのこ、にんじん、濃口、酒、砂糖、薄口、片栗粉、油 卵、葉ねぎ、しらす干し、顆粒だし(魚)、食塩 わかめ、たまねぎ、がら味(豚肉)、食塩、薄口	みたらしいも さつまいも、砂糖、濃口、片栗粉 牛乳	ふかしいも さつまいも 牛乳
14	28	金	焼きそば コーンサラダ 白菜とあげスープ みかん	焼きそばめん、豚肉、キャベツ、にんじん、緑豆もやし、お好み焼きソース(豚肉、パイン)、ウスターソース キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン、ごま醤油ドレ(ごま) はくさい、油揚げ、がら味(豚肉)、食塩、薄口 みかん	パイ 牛乳	ウエハース(乳) 牛乳

エネルギー:570kcal(昼食+おやつ・3~5歳児 月平均)
417 kcal(" 1・2歳児 ")
たんぱく質 :24.0g(昼食+おやつ・3~5歳児 月平均)
17.4g(" 1・2歳児 ")

- 食材横の()は含まれるアレルギーを表示しています。
- 給食の材料等の都合により、献立内容が変更される場合がありますが、ご了承ください。