みこころ幼稚園

2019

12 月 の 献 立

	献立名（材料名）	アレルギー代替食・栄養価 ※玉：たまごアレルギー ・ 乳：牛乳・乳製品アレルギー		使用調味料等			
12/2（月） ごはん 給食	ささみフライ グリンリーフ みかん缶 スパゲティソテー（スパゲティ、ケチャップ） そぼろ煮（里芋、鶏肉、いんげん） 甘酢和え（大根、人参、きゅうり）	エネルギー： 415kcal ／ たんぱく質： 7.2g ／ 脂質： 13.1g		醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ ○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	
12/3（火） ごはん 給食	他人丼（豚肉、玉葱、卵、蒲鉾、青葱） バナナ	他人丼 → 卵抜き エネルギー： 455kcal ／ たんぱく質： 16g ／ 脂質： 10g	玉	醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	
12/5（木） パン 給食	ペアロール(カレーコロッケ、キャベツ、カレー粉、ロールパン) ペアロール(たまごサラダ、きゅうり、ロールパン) プチゼリー ミルクスープ(鶏肉、玉ねぎ、ミックスベジタブル、 牛乳、ホワイトルウ)	たまごサラダ → コーンサラダ ミルクスープ → コンソメスープ エネルギー： 407kcal ／ たんぱく質： 11.9g ／ 脂質： 19.3g	玉 乳	醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	 ○	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
12/6（金） 年長なし ごはん 給食	すき風煮(鶏団子、焼き豆腐、にんじん、白菜、 こんにゃく、玉ねぎ) いかカツ チーズ ごま和え(わかめ、太もやし、白ごま) オレンジ	チーズ → ウインナー エネルギー： 409kcal ／ たんぱく質： 11.5g ／ 脂質： 12.3g	乳	醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
12/9（月） ごはん 給食	牛肉コロッケ チーズ グリンリーフ ほうれん草スパゲティ(ほうれん草、玉ねぎ、スパゲティ) きんぴら風煮(ごぼう、にんじん、こんにゃく、白ごま) 柚子和え(大根、きゅうり、柚子ジャム) 白桃スライス	チーズ → ウインナー エネルギー： 402kcal ／ たんぱく質： 7.3g ／ 脂質： 9.8g	乳	醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
12/10（火） ごはん 給食	カレーポトフ(ウインナー、にんじん、じゃが芋、 玉ねぎ、キャベツ、カレールウ) チキンカツ 竹輪の煮付 オレンジ 菜めし(菜めしの素)	エネルギー： 461kcal ／ たんぱく質： 12.6g ／ 脂質： 11.9g		醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ ○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
12/11（水） ごはん 給食	関東炊き(鶏肉、じゃが芋、大根、にんじん、 厚揚げ、こんにゃく、竹輪) 南瓜コロッケ プチゼリー 鮭わかめご飯(鮭わかめご飯の素)	エネルギー： 411kcal ／ たんぱく質： 12.2g ／ 脂質： 10g		醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ ○	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	
12/12（木） パン 給食	グラタンコロッケバーガー(えびグラタンコロッケ、 レタス、バーガー用パン) スイートブール チーズ 五目スープ(豚肉、玉ねぎ、にんじん、太もやし、青ねぎ)	グラタンコロッケバーガー → コロッケバーガー グラタンコロッケバーガー → アレルギー用マヨネーズ スイートブール → 黒糖蒸しパン チーズ → プチゼリー エネルギー： 408kcal ／ たんぱく質： 11.7g ／ 脂質： 21g	乳 玉 玉・乳 乳	醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ ○ ○	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○

（有） 内田フーヅ 宝塚市金井町4-18
TEL 0797(81)4044 FAX 0797(81)4008

12 月 の 献 立

	献立名（材料名）	アレルギー代替食・栄養価 ※玉：たまごアレルギー ・ 乳：牛乳・乳製品アレルギー		使用調味料等			
12/16（月） ごはん 給食	かつ丼(とんかつ、たまご、玉ねぎ、 かまぼこ、青ねぎ) みかん	かつ丼 → たまご抜き	玉	醤油	○	和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
				ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	
				ソース		ごま油	
		エネルギー： 462kcal ／ たんぱく質： 15.7g ／ 脂質： 11.3g					
12/17（火） ごはん 給食	豆腐ハンバーグ(トマトソース) ハッシュドポテト ソテー(マカロニ、ドライパセリ、ドライバジル) サラダ(かにかまぼこ、きゅうり、太もやし、海藻ミックス、ごまドレッシング) 甘辛煮（こんにゃく、ごぼう天） りんご缶	サラダ → アレルギー用ドレッシング	玉	醤油	○	和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
				ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	
				ソース		ごま油	○
		エネルギー： 405kcal ／ たんぱく質： 9.7g ／ 脂質： 10.5g					
12/18（水） ごはん 給食	カレーライス(牛肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、 カレールウ、ホワイトルウ、ガーリック) プリン	プリン → ゼリー	卵・乳	醤油		和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
				ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	○
				ソース	○	ごま油	
		エネルギー： 485kcal ／ たんぱく質： 11.3g ／ 脂質： 12.7g					
12/19（木） ごはん 給食	＊ ＊ ＊ X'masセット ＊ ＊ ＊ チキンライス(鶏ミンチ、玉ねぎ、ミックスベジタブル) 鶏の唐揚(鶏もも肉、片栗粉) グリーンリーフ ポテトサラダ きゅうり オレンジ クリスマスデザート	ポテトサラダ → アレルギー用ポテトサラダ	玉	醤油	○	和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ	○	中華だし	
				ｹﾁｬｯﾌﾟ	○	コンソメ	○
				ソース	○	ごま油	
		エネルギー： 444kcal ／ たんぱく質： 11.9g ／ 脂質： 13g					

（有） 内田フーヅ 宝塚市金井町4-18
TEL 0797(81)4044 FAX 0797(81)4008