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			
12/4（水） 預かりのみ ごはん 給食	豚肉の生姜焼(豚肉、玉ねぎ、おろし生姜) 五目豆(大豆、大根、こんにゃく、にんじん、枝豆、昆布) 甘辛煮(さつま芋、竹輪) グリンリーフ たまごロール 白桃缶	たまごロール → 揚げ餃子 エネルギー： 422kcal ／ たんぱく質： 13.7g ／ 脂質： 13.2g	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	
12/13（金） 預かりのみ ごはん 給食	鶏の照焼 煮付(大根、さつまあげ) ひじき豆(ひじき、大豆、にんじん、うすあげ、枝豆) ケチャップソテー（マカロニ、ケチャップ） 貝柱風味フライ グリンリーフ パイン缶	エネルギー： 412kcal ／ たんぱく質： 12g ／ 脂質： 9.7g		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	

2019

	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			
12/20（金） 預かりのみ ごはん 給食	あじフライ グリンリーフ ジャーマンポテト（ベーコン、じゃがいも） 玉子とじ（高野豆腐、玉ねぎ、人参、グリンピース、玉子） ナムル（もやし、わかめ） オレンジ	玉子とじ → 玉子抜き エネルギー： 408kcal ／ たんぱく質： 11.6g ／ 脂質： 11.6g	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	○
12/23（月） 預かりのみ ごはん 給食	旨煮（鶏団子、厚揚げ、こんにゃく、ごぼう、 たけのこ、人参、グリンピース） コーンコロッケ グリンリーフ ソテー（マカロニ、ケチャップ） オレンジ	エネルギー： 443kcal ／ たんぱく質： 11g ／ 脂質： 13.1g		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	
12/24（火） 預かりのみ ごはん 給食	クリームコロッケ グリーンリーフ ふかし芋 焼きビーフン（ビーフン、豚肉、たけのこ、キャベツ、人参） みかん缶	クリームコロッケ → 野菜コロッケ エネルギー： 400kcal ／ たんぱく質： 7.7g ／ 脂質： 10.1g	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	
12/25（水） 預かりのみ ごはん 給食	鶏肉のソテー（鶏肉、玉ねぎ、ポン酢） ゆで玉子 ポテトサラダ（じゃが芋、人参） きんぴらごぼう（ごぼう、人参、こんにゃく） りんご缶	ゆで玉子 → 焼売 ポテトサラダ → アレルギー用サラダ エネルギー： 463kcal ／ たんぱく質： 14.4g ／ 脂質： 17.5g	玉 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	○
12/26（木） 預かりのみ ごはん 給食	中華風炒め（白身魚フリッター、玉ねぎ、人参、 ピーマン、赤パプリカ、オイスターソース） 玉子焼き ウインナー 粉ふき芋（じゃが芋、ドライパセリ） オレンジ	玉子焼き → 三角揚げ エネルギー： 484kcal ／ たんぱく質： 13.1g ／ 脂質： 17.7g	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	○
12/27（金） 預かりのみ ごはん 給食	カルビ風メンチカツ ポテト グリンリーフ ごぼうサラダ 白桃スライス スパゲティソテー（スパゲティ、コーン、ケチャップ） 煮付け（ソーセージ天） チーズ	チーズ → ウインナー ごぼうサラダ → アレルギー用サラダ エネルギー： 463kcal ／ たんぱく質： 9.7g ／ 脂質： 14.6g	乳 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	○

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