

きりん幼稚園 基準メニュー

	献立名	体をつくる	力を出す	体の調子を整える		献立名	体をつくる	力を出す	体の調子を整える		献立名	体をつくる	力を出す	体の調子を整える
1	カレー(ブルー入り) ごはん 福神漬 いりこ ヨーグルトアイス	合挽肉 いりこ ヨーグルト	米 じゃがいも カレールー	人参 玉ねぎ グリーンピース ブルー 福神漬 (なす、トマト)	10	焼きそば ごはん いりこ ブルーゼリー	豚肉 いりこ	米 ちゃんぽん	人参 玉ねぎ キャベツ ニラ(にんにくの芽) ブルー	19	けんちん汁(プロテイン 団子入り) ごはん いりこ ヨー	鶏肉 豆腐 うすあげ いりこ ヨー	米 じゃがいも 片栗粉	人参 大根 ごぼう こんにゃく 青ねぎ
2	コーンクリームシ チュー 牛乳 ロールパン いりこ フルーツ	豚肉 牛乳 いりこ	ロールパン シチューの素 じゃがいも	人参 玉ねぎ グリーンピース (ブロッコリー) キャベツ バナナorリンゴ	11	親子丼 ごはん 梅干 いりこ コアヨーグルト	鶏肉 ヨード卵 高野豆腐 いりこ ヨーグルト	米	人参 玉ねぎ キャベツ 青ねぎ 梅干	20	豚汁 ごはん いわしの梅煮 いりこ	豚肉 豆腐 うすあげ 味噌 いわし いりこ	米 じゃがいも	人参 玉ねぎ ごぼう 大根 こんにゃく 青ねぎ
3	ミートスパゲティ クロワッサン 牛乳 いりこ フルーツ	合挽肉 牛乳 いりこ	スパゲティ クロワッサン	人参 玉ねぎ グリーンピース(ピーマ ン) ケチャップ りんご・バナナ	12	ハンバーグ ごはん 温野菜サラダ(ツナ) いりこ ヨー	鶏肉 豚脂 (まぐろの油漬) いりこ	米 (さつまいも) 卵なしマヨネーズ	人参 胡瓜 キャベツ (ブロッコリー) コーン	21	ビーフシチュー ごはん いりこ フルーツ	合挽肉 いりこ	米 じゃがいも デミグラスソース	人参 玉ねぎ グリーンピース りんご
4	マーボー豆腐 ごはん いりこ フルーツゼリー	合挽肉 豆腐 味噌 いりこ	米 片栗粉 甜麺醬 春雨	人参 玉ねぎ ニラ (なす) フルーツゼリー	13	肉だんごの野菜あんか け ごはん いりこ ブルーゼリー	肉だんご いりこ	米 片栗粉	人参 玉ねぎ もやし キャベツ 白菜 青梗菜 ブルー	22	さばの味噌煮 ごはん 温野菜のごまポン酢 和え いりこ 野菜ジュース	さば 味噌 いりこ	米 ごま 春雨	人参 胡瓜 キャベツ えのき ゆずぼん酢 野菜ジュース
5	五目きんぴら ごはん いりこ ヨーグルト	豚肉 うすあげ 高野豆腐 いりこ ヨーグルト	米	人参 切りごぼう 切り干し大根 こんにゃく	14	チキンライス ベーコンとじゃがいもの スープ いりこ フルーツゼリー	鶏肉 ベーコン いりこ	米 じゃがいも	人参 玉ねぎ グリーンピース キャベツ もやし パセリ ケチャップ フルーツゼリー	23	青菜ごはん(ちりめん じゃこ入り) 味噌汁(プロテイン団 子入り) いりこ	ちりめんじゃこ 豆腐 味噌 うすあげ プロテイン いりこ	米 黒ごま 小麦粉 白玉粉	小松菜 わかめ 玉ねぎ 大根 青ねぎ
6	ひじきと大豆の煮物 ごはん いりこ 梅干 野菜ゼリー	豚肉 うすあげ 高野豆腐 大豆 いりこ	米	人参 ひじき こんにゃく 切り干し大根 梅干 野菜ゼリー	15	ピースごはん(ちりめん じゃこ入り) いりこ つみれ汁 昆布かつお節の佃煮 カスタードプリン	ちりめんじゃこ いりこ 白身のすり身 いわしのすり身 カスタードプリン	米 小麦粉 白玉粉 じゃがいも	グリーンピース だし昆布 かつお節 人参 玉ねぎ キャベツ 白菜 えのき もやし 青ねぎ	24	ハヤシライス ごはん 福神漬 いりこ フルーツ(リンゴ)	牛肉 いりこ	米 じゃがいも デミグラスソース	人参 玉ねぎ グリーンピース ケチャップ 福神漬 フルーツ(リンゴ)
7	肉じゃが ごはん いりこ 漬物 ブルーゼリー	合挽肉 高野豆腐 いりこ	米 じゃがいも	人参 玉ねぎ 糸こんにゃく グリーンピース 沢庵漬 ブルー	16	わかめごはん(ちりめん じゃこ入り) から揚げ 味噌汁(プロテイン団子 入り) いりこ	ちりめんじゃこ 豆腐 味噌 うすあげ プロテイン いりこ から揚げ	米 小麦粉 白玉粉 じゃがいも	わかめ 玉ねぎ 青ねぎ (かぼちゃ・さつまいも)	25	しめじとさつまいもごは ん かきたま汁 いりこ 野菜入り鶏つくね	ヨード卵 いりこ 野菜入り鶏つくね	米 かつまいも	しめじ えのき わかめ 玉ねぎ 青ねぎ
8	筑前煮 ごはん しそ昆布 いりこ ヨーグルト	鶏肉 厚揚げ いりこ ヨーグルト	米 じゃがいも	人参 ごぼう(蓮根) 大根 こんにゃく グリーンピース しそ昆布	17	ブルーごはん(わか め・あずき入り) 味噌汁(プロテイン団子 入り) いりこ フルーツゼリー	豆腐 味噌 うすあげ プロテイン (あずき) いりこ	米 小麦粉 白玉粉	わかめ 玉ねぎ さつまいも 青ねぎ ブルー (さつまいもorかぼちゃ) フルーツゼリー	26	ちらし寿司 ふわふわ汁(プロテイ ン団子入り) いりこ カルピス	鶏肉 ヨード卵 うすあげ プロテイン いりこ	米 小麦粉 白玉粉 桜でんぶ カルピス	人参 ごぼう 干し椎茸 刻み海苔 わかめ 玉ねぎ 青ねぎ えのき すし酢
9	うどんすき ごはん いりこ ブルーゼリー	牛肉 いりこ	米 うどん	人参 玉ねぎ キャベツ ニラ ブルー	18	ゆかりごはん 中華スープ 野菜入り鶏つくね いりこ	ベーコン 野菜入り鶏つくね いりこ	米 春雨	ゆかり粉 人参 玉ねぎ キャベツ もやし パセリ	※季節によりフルーツや野菜が変更になる可能性があります。				