

# めぐみ幼稚園献立表 2020年度1月

日付	献立	あかのだべもの からだをつくるもと	みどりのたべもの からだのちようしを ととのえるもと	きいろのだべもの ちからのもと
7日 (木)	ごはん			ごはん
	ちくぜんに	とりにく	にんじん れんこん ごぼう	こんにゃく
	きんときまめのあまに	きんときまめ		
	おすいもの おちゃ		あおな げんまいちゃ	ふ
	筑前煮は肉と野菜がバランスよく食べられる1品です。			
8日 (金)	ごはん			ごはん
	さばのたつたあげ	さば		
	きゃべつのおひたし		きゃべつ にんじん	
	みそしる おちゃ	わかめ	えのき ほうじちゃ	
	サバには頭を良くする栄養素が含まれていますよ！			
12日 (火)	ごはん			ごはん
	はんぱーぐ ～とまとそーす～	ぶたにく とりにく たまご ぎゅうにゅう	たまねぎ とまと	ばんこ
	はくさいさらだ		はくさい にんじん かいわれ	ごま
	やさいすーぶ みかん おちゃ		かぼちゃ たまねぎ みかん げんまいちゃ	
	1月のお誕生日会は手作りハンバーグでお祝いです★			
13日 (水)	ごはん			ごはん
	あじのなんばんやき	あじ	たまねぎ にんじん	
	あおなのごまあえ		あおな にんじん	ごま
	おすいもの おちゃ	とうふ	ねぎ ほうじちゃ	
	南蛮焼きはさっぱり甘めの味付けに仕上げます◎			
14日 (木)	みそにこみうどん	とりにく あぶらあげ	だいこん にんじん ねぎ しいたけ	うどん
	きゃべつのにびたし	あぶらあげ	きゃべつ	
	じゃことわかめの すのもの	わかめ しらす	にんじん	
	おちゃ		げんまいちゃ	
	具材たっぷりの味噌煮込みうどんを召し上がれ☆			
15日 (金)	ごはん			ごはん
	とりのしおこうじやき ～おにおんそーす～	とりにく	たまねぎ	
	にんじんと もやしのなむる		もやし にんじん	ごま
	ちゅうかすーぶ おちゃ		ちんげんさい えのき ほうじちゃ	ごま
	鶏肉は塩麴に漬け込むことにより、柔らかくなりますよ。			
18日 (月)	ごはん			ごはん
	とりのごまみそふらい	とりにく たまご		ごむぎこ ばんこ ごま
	おからさらだ	おから	たまねぎ にんじん	まよねーす
	やさいすーぶ おちゃ		はくさい ぶなしめじ げんまいちゃ	
	八丁味噌のコクを感じられる胡麻味噌フライは大人気メニューです♪			
19日 (火)	まんまるばん	ぎゅうにゅう たまご		ごむぎこ ばたー ごま
	すらっぴーじょ	ぶたにく	たまねぎ にんじん とまと きゃべつ	ばんこ
	びーんすさらだ	いんげんまめ きんときまめ だいす	きゃべつ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	パンにはさんで食べるアメリカの家庭料理です！			

日付	献立	あかのだべもの からだをつくるもと	みどりのたべもの からだのちようしを ととのえるもと	きいろのだべもの ちからのもと	
20日 (水)	わかめうどん	あつあげ わかめ	ねぎ	うどん	
	かきあげ	たまご	たまねぎ にんじん	ごむぎこ	
	じゃがいもの にっころがし			じゃがいも	
	おちゃ		ほうじちゃ		
	わかめうどんにかき揚げを入れてもおいしいよ♪				
21日 (木)	こうやとうふの あんかけどん	こうやとうふ とりにく	にんじん しいたけ さやいんげん	ごはん	
	もやしとうめあえ		もやし にんじん ねりうめ		
	わかめすーぶ おちゃ	わかめ	たまねぎ げんまいちゃ	ごま	
	みんな大好きな高野豆腐をご飯にのせて召し上がれ☆				
	22日 (金)	ごはん			ごはん
ちやぶちえ		ぶたにく	たまねぎ にんじん にら	しらたき	
はくさいのりさらだ		のり	はくさい にんじん		
おすいもの おちゃ			だいこん ねぎ ほうじちゃ		
めぐみのチャブチエは白濁を使って作ります。					
25日 (月)	ゆかりごはん			ごはん	
	とうふちゃんぶるー	とうふ とりにく かつおぶし	きゃべつ にんじん たまねぎ		
	だいこんきんぴら		だいこん にんじん	ごま	
	みそしる おちゃ		なめこ げんまいちゃ	じゃがいも	
	豆腐チャンプルーは沖縄の料理です。				
26日 (火)	みーとそーす すばけてい	ぶたにく	たまねぎ にんじん とまと	すばけていー	
	かみなりこんにゃく	かつおぶし		こんにゃく	
	ほてとさらだ		たまねぎ にんじん きゅうり	じゃがいも まよねーす	
	おちゃ		ほうじちゃ		
	じっくり煮込んだ手作りミートソースは絶品です！				
27日 (水)	ごまばん	ぎゅうにゅう たまご		ごむぎこ ばたー ごま	
	ようらうたまごやき	とうふ たまご	かぼちゃ たまねぎ		
	きゃべつと にんじんのさらだ		きゃべつ にんじん		
	おにおんすーぶ おちゃ		たまねぎ べにふうきこうちゃ		
	みんな大好きなパン給食の日です◎				
28日 (木)	ごはん			ごはん	
	さけの ちゃんちゃんやきふう	さけ	もやし きゃべつ たまねぎ にんじん		
	ぶどうまめ おすいもの おちゃ	だいす あぶらあげ		ふ	
	北海道名物サケのちゃんちゃん焼きをめぐみ風にアレンジします♪				
	29日 (金)	ごはん			ごはん
てりまよちきん		とりにく		まよねーす	
しおかぼちゃさらだ			かぼちゃ たまねぎ かいわれ		
やさいすーぶ おちゃ			はくさい たまねぎ ほうじちゃ		
初メニュー！照りマヨチキンをお楽しみに☆					

※ パン粉・塩昆布には小麦・大豆が含まれています。

\*園の都合により、給食内容を変更する事がございます。  
学校法人 服部学園 めぐみ幼稚園



ご意見・ご質問等ございましたら、  
下記までご連絡ください！  
☆ kyusyoku@megumi.cc



## 2020年度 1月アレルギー食材使用表

表示	特定原材料			その他		
	小麦	乳	卵	豚肉	サケ	生くだもの
7日(木)	汁の具(焼き麩)					
12日(火)	ハンバーグ	ハンバーグ	ハンバーグ	ハンバーグ		みかん
14日(木)	味噌煮込みうどん					
18日(月)	鶏の胡麻味噌フライ		鶏の胡麻味噌フライ おからサラダ			
19日(火)	まん丸パン スラッピージョ	まん丸パン 牛乳	まん丸パン	スラッピージョ		
20日(水)	わかめうどん かき揚げ		かき揚げ			
22日(金)				チャプチェ		
26日(火)	ミートソーススパゲティ		ポテトサラダ	ミートソーススパゲティ		
27日(水)	ごまパン	ごまパン	ごまパン 洋風玉子焼き			
28日(木)	汁の具(焼き麩)				サケの ちゃんちゃん焼き風	
29日(金)			照りマヨチキン			



※「塩昆布」は調味料に小麦・大豆が含まれているものを使用しています。  
 ※「パン粉」には小麦・大豆が含まれているものを使用しています。  
 ※ナッツ・くるみを含む食品は提供いたしません。  
 ※複数のアレルギーを持っている子には、個々に応じたものを提供いたします。  
 ※アレルギーをもっている子の揚げ物は別油で揚げています。  
 ※揚げ物の油は1番油で揚げています。

### ☆小麦除去の補足

7日(木) : 麩抜きのお吸い物を提供します。  
 12日(火) : パン粉抜きハンバーグを提供します。  
 14日(木) : 米粉の麺を提供します。  
 18日(月) : 胡麻衣の鶏の胡麻味噌フライを提供します。  
 19日(火) : まん丸パンの代替品をご持参ください。  
 : パン粉抜きスラッピージョを提供します。  
 20日(水) : 米粉の麺を提供します。  
 : 小麦抜きのかき揚げを提供します。  
 26日(火) : 米粉の麺を提供します。  
 27日(水) : ごまパンの代替品をご持参ください。  
 28日(木) : 麩抜きのお吸い物を提供します。

### ☆豚肉除去の補足

12日(火) : 鶏肉のハンバーグを提供します。  
 19日(火) : 鶏肉のスラッピージョを提供します。  
 22日(金) : 鶏肉のチャプチェを提供します。  
 26日(火) : 鶏肉のミートソーススパゲティを提供します。

### ☆サケ除去の補足

28日(木) : 白身魚のちゃんちゃん焼き風を提供します。

### ☆乳除去の補足

12日(火) : 乳抜きハンバーグを提供します。  
 19日(火) : まん丸パンの代替品をご持参ください。  
 : 牛乳のかわりにお茶を提供します。  
 27日(水) : ごまパンの代替品をご持参ください。

### ☆生くだもの除去の補足

12日(火) : みかんの代替品をご持参ください。

### ☆卵除去の補足

12日(火) : 卵抜きハンバーグを提供します。  
 18日(月) : 卵抜き鶏の胡麻味噌フライを提供します。  
 : マヨネーズ抜きおからサラダを提供します。  
 19日(火) : まん丸パンの代替品をご持参ください。  
 20日(水) : 卵抜きかき揚げを提供します。  
 26日(火) : マヨネーズ抜きポテトサラダを提供します。  
 27日(水) : ごまパンの代替品をご持参ください。  
 : 鶏肉と野菜の炒め物を提供します。  
 29日(金) : マヨネーズ抜き照焼きチキンを提供します。

