

# めぐみ幼稚園献立表 2016年度10月

日付	献立	材料
3日 (月)	ごはん	ごはん
	とりにくのたととに	だいず たまねぎ とまと とりにく
	わふうだいこんさらだ	だいこん にんじん かいわれ
	◎やさいすーぶ	じゃがいも たまねぎ にんじん
	おちゃ	ほうじちゃ
鶏肉をトマトソースでじっくり煮込みました。		
4日 (火)	ごはん	ごはん
	ちゃぶちえ	しらたき たまねぎ にんじん にら ぶたにく
	はくさいさらだ	はくさい にんじん かいわれ
	ちゅうかすーぶ	ちんげんさい えのき
	おちゃ	げんまいちゃ
	韓国料理で有名なチャプチェをめぐみ風にアレンジしました。	
5日 (水)	ななぶつきげんまいごはん	ななぶつきげんまいごはん
	◎ぶたのしょうがやき	たまねぎ ぶたにく
	むしきゃべつ	きゃべつ
	ぶどうまめ	だいず
	おすいもの	にんじん もやし
	おちゃ	ほうじちゃ
	甘辛く味付けした生姜焼きは大人気のメニューです。	
6日 (木)	ごはん	ごはん
	とりじゃが	じゃがいも しらたき たまねぎ にんじん とりにく
	きゃべつのおますあえ	きゃべつ にんじん きゅうり
	みそしる	あつあげ はくさい
	おちゃ	げんまいちゃ
	ほくほくのじゃが芋と鶏肉を一緒に煮込みました。	
7日 (金)	ごはん	ごはん
	あじのなんばんやき	にんじん たまねぎ あじ
	かぼちゃさらだ	かぼちゃ たまねぎ かいわれ まよねーず
	おすいもの	えのき たまねぎ
	おちゃ	ほうじちゃ
特製の南蛮ソースが鱈に良く合います。		
11日 (火)	こーんぱん	こむぎこ とうもろこし ぱたー ぱんこ とうふ たまねぎ にんじん とりにく たまご
	とりはんぱーぐ	
	おれんじそーず	おれんじ
	ぼてとさらだ	じゃがいも たまねぎ にんじん きゅうり まよねーず
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう
	ハンバーグとオレンジソースの相性はばっちりです。	
12日 (水)	みーとすばげてい	すばげていー とまと たまねぎ にんじん ぶたにく
	わかめさらだ	もやし にんじん わかめ
	むしきゃつまいも	さつまいも
	おちゃ	べにふうきこうちゃ
	手作りのミートソースをたっぷりかけて食べてね。	
13日 (木)	ごはん	ごはん
	さけのおろしに	さけ だいこん
	かみなりこんにやく	こんにやく かつおぶし
	みそしる	ふ しめじ
	おちゃ	げんまいちゃ
からっと揚げた鮭をたっぷりの大根おろしを使って煮込みました。		
★ 14日 (金)	ごはん	ごはん
	ぶたにくみそいため	たまねぎ きゃべつ にんじん ぶたにく
	ふれんちさらだ	きゃべつ にんじん たまねぎ りんご
	わかめすーぶ	ねぎ わかめ
	おちゃ	ほうじちゃ
	10月のお誕生日会は、豚肉味噌炒めでお祝いです。	
17日 (月)	ごはん	ごはん
	あつあげの やさいあんかけ	あつあげ にんじん もやし びーまん ぶなしめじ とりにく
	じゃことわかめのすのもの	にんじん わかめ しらす
	みそしる	だいこん はくさい
	おちゃ	ほうじちゃ
	たくさんの野菜を使ったあんを厚揚げにかけていただきます。	

日付	献立	材料
18日 (火)	かぼちゃケーキ	こむぎこ かぼちゃ たまご ぱたー
	甘くて美味しいかぼちゃをケーキにしました。	
19日 (水)	みずようかん	あんこ
やさしい甘さのあんこを作り、水羊羹にしました。		
20日 (木)	ろーるぱん	こむぎこ たまご ぱたー
	ようふうたまごやき	とうふ かぼちゃ たまねぎ たまご
	こーるすろーさらだ	きゃべつ にんじん
	◎じゃがいもすーぶ	じゃがいも たまねぎ
	おちゃ	べにふうきこうちゃ
	玉子焼きにかぼちゃや豆腐が入って栄養満点！	
21日 (金)	ごはん	ごはん
	◎ちきんかつ	こむぎこ ぱんこ とりにく たまご
	とまとそーず	とまと たまねぎ
	ひじきさらだ	ひじき きゃべつ にんじん
	おすいもの	にんじん あおな
	おちゃ	げんまいちゃ
	人気のチキンカツは一つ手作りですよ。	
24日 (月)	ごはん	ごはん
	とりのまつかぜやき	とうふ ごぼう にんじん とりにく たまご
	にんじんともやしのなむる	もやし にんじん
	みそしる	わかめ あぶらあげ
	おちゃ	げんまいちゃ
	松風焼きはたくさんの栄養が取れて縁起の良い食べ物です。	
25日 (火)	ごはん	ごはん
	◎こやどうふの みそぐらたん	まかろに こやどうふ たまねぎ びーまん とりにく ちーず
	きゃべつのおかりあえ	きゃべつ
	おすいもの	ぶなしめじ もやし
	おちゃ	ほうじちゃ
	高野豆腐と味噌を使って和風のグラタンを作りました。	
26日 (水)	ごはん	ごはん
	さつまいもときりほし	さつまいも あぶらあげ とりにく
	だいこんのもの	きりほしだいこん にんじん
	もやしとあおなのおかかあえ	もやし あおな かつおぶし
	みそしる	はくさい たまねぎ
	おちゃ	げんまいちゃ
甘いさつまいもと切干大根が意外にも相性ぴったり。		
27日 (木)	◎やさいびらふ	ごはん たまねぎ にんじん びーまん しいたけ
	えすかべっしゅ	たまねぎ あかびーまん きびーまん えのき とりにく
	◎とまとすーぶ	たまねぎ きゃべつ とまと だいず
	おちゃ	ほうじちゃ
	エスカベッシュは日本で言う鶏肉の甘酢和えです。	
28日 (金)	けんちんうどん	うどん あぶらあげ だいこん にんじん ごぼう ねぎ しいたけ
	こふきいも	じゃがいも
	あさづけ	きゃべつ にんじん
	おちゃ	げんまいちゃ
	けんちんうどんには野菜がいっぱい入っておいしいですよ。	
31日 (月)	ごはん	ごはん
	ごもくどうふ	とうふ きゃべつ にんじん しいたけ とりにく
	かぼちゃのもの	かぼちゃ
	みそしる	なめこ ねぎ
	おちゃ	ほうじちゃ
	めぐみの五目豆腐は優しい味付けで栄養満点です。	



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



\*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

※◎は香辛料が含まれています。

※パン粉には小麦・大豆が含まれています。

## 2016年10月アレルギー食材使用表

表示 日付	特定原材料			その他				
	小麦粉	乳製品	卵	ながいも	豚肉	魚介	くだもの	瓜・菊
04(火)					チャプチェ			
05(水)					豚の生姜焼き			
07(金)			南瓜サラダ			鰯の南蛮焼き		
11(火)	コーンパン 鶏ハンバーグ	コーンパン 牛乳	鶏ハンバーグ ポテトサラダ					
12(水)	ミートスパゲティ				ミートスパゲティ			
13(木)	汁の具(焼き麩)					鮭のおろし煮 かみなり蒟蒻		
14(金)					豚肉味噌炒め		りんご	
17(月)						じゃこわかめの酢の物		
18(火)	かぼちゃケーキ	かぼちゃケーキ	かぼちゃケーキ					
20(木)	ロールパン	ロールパン	ロールパン 洋風玉子焼き					
21(金)	チキンカツ		チキンカツ					
24(月)			鶏の松風焼き					
25(火)	高野豆腐の味噌グラタン	高野豆腐の味噌グラタン						
26(水)						もやしと青菜の おかか和え		
28(金)	うどん							

※「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。  
※今月はくるみ・落花生を含む食品は提供いたしません。

### ★小麦除去の補足

11日(火) : コーンパンの代替品をご持参ください。  
: パン粉抜き鶏ハンバーグを提供いたします。  
12日(水) : スパゲティの代替品をご持参ください。  
13日(木) : 麩抜き味噌汁を提供いたします。  
18日(火) : 米粉を使った南瓜ケーキを提供いたします。  
20日(木) : ロールパンの代替品をご持参ください。  
21日(金) : 小麦粉・パン粉抜き胡麻衣のチキンカツを提供いたします。  
25日(火) : マカロニ抜き高野豆腐の味噌グラタンを提供いたします。  
28日(金) : うどんの代替品をご持参ください。

### ★乳製品除去の補足

11日(火) : コーンパンの代替品をご持参ください。  
: お茶を提供いたします。  
18日(火) : バター抜き南瓜ケーキを提供いたします。  
20日(木) : ロールパンの代替品をご持参ください。  
25日(火) : チーズ抜き高野豆腐の味噌グラタンを提供いたします。

### ★卵除去の補足

7日(金) : マヨネーズ抜き南瓜サラダを提供いたします。  
11日(火) : 卵抜き鶏ハンバーグを提供いたします。  
: マヨネーズ抜きポテトサラダを提供いたします。  
18日(火) : 卵抜き南瓜ケーキを提供いたします。  
20日(木) : ロールパンの代替品をご持参ください。  
: 卵抜き豆腐の炒め物を提供いたします。  
21日(金) : 卵抜きチキンカツを提供いたします。  
24日(月) : 卵抜き鶏の松風焼きを提供いたします。

### ★豚肉除去の補足

4日(火) : 鶏肉のチャプチェを提供いたします。  
5日(水) : 鶏肉の生姜焼きを提供いたします。  
12日(水) : 鶏肉のミートソースを提供いたします。  
14日(金) : 鶏肉味噌炒めを提供いたします。

### ★魚除去の補足

7日(金) : 鶏肉の南蛮焼きを提供いたします。  
13日(木) : 鶏肉のおろし煮を提供いたします。  
: かつお節抜きかみなりこんにゃくを提供いたします。  
17日(月) : じゃこ抜きのわかめ酢の物を提供いたします。  
26日(水) : かつお節抜きもやしと青菜の和え物を提供いたします。

### ★くだもの除去の補足

14日(金) : りんごの代替品をご持参ください。

