

湘南学園幼稚園 お弁当予定献立表 ～ 1月 ～

NPO法人湘南食育ラボ事務所 0466-90-5474

| 日付          | メニュー                    | 原材料   | アレルギー    |
|-------------|-------------------------|---|----------|
| 9(木)        | ドライカレー                  | 精白米 鶏挽肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 大豆 サラダ油 生姜 にんにく カレー粉 (シナモン、コリアンダー、クミン、ターメリック、ナツメグ) トマト水煮 コンソメ ケチャップ ウスターソース 塩 パセリ | 卵乳       |
|             | ジャーマンポテト                | じゃがいも 玉ねぎ ウィンナー 塩 コンソメ こしょう パセリ オリーブ油   |          |
|             | りんご                     | りんご   |          |
| 10(金)       | 鶏のから揚げ                  | 精白米 鶏肉 醤油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 サラダ油  |          |
|             | ひじきのサラダ                 | ひじき 人参 きゅうり スイートコーン マヨネーズ 塩   |          |
|             | 南瓜となすの焼き浸し              | 南瓜 なす 砂糖 鰹節 煮干し 醤油 みりん  |          |
| 14(火)       | 豚肉の中華風炒め                | 精白米 豚肉 砂糖 醤油 酒 オイスターソース にんにく サラダ菜 人参  |          |
|             | 大根としめじのサラダ              | 大根 しめじ 人参 いんげん 酢 塩 砂糖 こしょう サラダ油   |          |
|             | 大学芋 (Labo)              | さつまいも 砂糖 水あめ ごま サラダ油  |          |
| 15(水)       | 野菜ジュースdeごぼうときのこのさばみそピラフ | 精白米 サバの味噌煮缶 ごぼう まいたけ 人参 トマトミックスジュース (無塩) コンソメ パセリ   | 小麦<br>卵乳 |
|             | 磯辺揚げ/白菜とベーコンの煮びたし       | 竹輪 小麦粉 青のり サラダ油 サラダ菜 ミニトマト/白菜 ベーコン 醤油 砂糖 サラダ油   |          |
|             | 煮豆                      | 大豆 砂糖 塩   |          |
| 16(木)<br>全園 | 鶏メンチ                    | 精白米 鶏挽肉 サラダ油 塩 こしょう 玉ねぎ 小麦粉 パン粉 中濃ソース サラダ菜  | 小麦       |
|             | 切干大根のサラダ                | 切干大根 キャベツ きゅうり サラダ油 酢 塩 醤油 ごま こしょう 人参   |          |
|             | 南瓜の甘辛煮                  | かぼちゃ 醤油 みりん 砂糖 鰹節 煮干し   |          |
| 17(金)       | 七草の混ぜご飯                 | 精白米 鰹節 煮干し 醤油 みりん 塩 ごま油 (すすな すずしろ せり なすなごぎょう はこべら ほとけのざ)  | 小麦       |
|             | わかさぎフライ肉じゃが             | わかさぎ 塩 こしょう 小麦粉 パン粉 サラダ油 キャベツ 中濃ソース/豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース サラダ油 醤油 砂糖 みりん 鰹節 煮干し                      |          |
|             | みかんのシロップ漬け              | みかん缶  |          |

| 日付    | メニュー           | 原材料  | アレルギー   |
|-------|----------------|--|---------|
| 21(火) | イタリアン照り焼きチキン   | 精白米 鶏肉 酒 醤油 砂糖 にんにく サラダ油 トマト ピーマン 玉ねぎ 塩 チーズ        | 乳       |
|       | ごぼうサラダ         | ごぼう 人参 赤えんどう豆 ひよこ豆 マヨネーズ ごま 塩 こしょう                 |         |
|       | オレンジ           | オレンジ   |         |
| 22(水) | れんこんつくね        | 精白米 れんこん 豚挽肉 生姜 こしょう 塩 酒 醤油 みりん 砂糖 ブロッコリー サラダ油 片栗粉 | 小麦<br>乳 |
|       | 小松菜と人参のナムル     | 小松菜 人参 醤油 みりん 酢 ごま油 ごま                             |         |
|       | 蒸しパン           | ホットケーキミックス 牛乳 サラダ油                                 |         |
| 23(木) | 鮭のマヨネーズ焼き      | 精白米 鮭 塩 マヨネーズ 玉ねぎ パン粉 パセリ サラダ菜 人参                  | 小麦      |
|       | ジャガイモの金平       | じゃがいも サラダ油 人参 ごぼう こんにゃく 豚肉 酒 砂糖 醤油 ごま              |         |
|       | 白菜の浅漬け         | 白菜 塩 砂糖  |         |
| 24(金) | 豚肉のお好み焼き風      | 精白米 豚肉 生姜 酒 ウスターソース キャベツ たら 人参 塩 こしょう 青のり サラダ油     |         |
|       | 大根の煮物          | 大根 サラダ油 醤油 みりん グリンピース 鰹節 煮干し                       |         |
|       | ふかしいも          | さつまいも 塩  |         |
| 28(火) | バーベキューチキン      | 精白米 鶏肉 玉ねぎ にんにく ケチャップ 中濃ソース 砂糖 みりん 醤油 レタス ミニトマト    |         |
|       | 厚揚げの煮物         | 厚揚げ グリンピース 砂糖 醤油 鰹節 煮干し 片栗粉                        |         |
|       | 青菜の味噌ドレッシングサラダ | 小松菜 油揚げ 味噌 砂糖 酢 ごま油                                |         |
| 29(水) | ブルコギ           | 精白米 牛肉 にんにく 醤油 酒 甜麺醤 砂糖 ごま油 玉ねぎ 人参 もやし たら サラダ油 ごま  |         |
|       | 鉄骨サラダ          | しらす 醤油 砂糖 ひじき 人参 スイートコーン きゅうり 塩 こしょう 酢 サラダ油        |         |
|       | パイ             | パイ缶  |         |
| 30(木) | 鱈のサクサク揚げ       | 精白米 鱈 塩 こしょう 小麦粉 パン粉 サラダ油 サラダ菜 中濃ソース               | 小麦      |
|       | かぶのそぼろ煮        | かぶ 鶏挽肉 生姜 グリンピース 煮干し 鰹節 醤油 みりん 酒 砂糖 片栗粉            |         |
|       | 小松菜ののり和え       | 小松菜 海苔 醤油 みりん 砂糖 ごま油 ごま                            |         |
| 31(金) | 豚肉の味噌漬け        | 精白米 豚肉 味噌 みりん 砂糖 にんにく 酒 キャベツ                       | 卵乳      |
|       | ほうれん草のココット     | ほうれん草 パプリカ 卵 牛乳 塩 こしょう パルメザンチーズ                    |         |
|       | きゅうりのゆかり和え     | きゅうり ゆかり 塩   |         |

※「原材料」には調味料も表示していますが、調味料に含まれるアレルギーについては、別紙を参照してください

<お弁当予約の締切時間>3日前の24時までとなります。

<お弁当予約のキャンセル>原則として、前日の12時までとなります。

ただし、お子様の急病等によるキャンセルについては、当日の8時までにラボ事務所までご連絡ください。