

2014年 3月献立予定



《栄養三色》元気な体をつくるために、食品を働きによって三色に分けています。
ご家庭の食事でも毎食栄養三色が揃うように気をつけてください。 平成26年2月24日
千里山グレース幼稚園



行事予定	日付	献立	働 き (材 料)				調味料など	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)
			口熱や力の素となるもの(黄色)	〇血や肉や骨となるもの(赤色)	△体の調子を整えるもの(緑色)						
ひなまつり 音楽会	3日 (月)	ちらし寿司 かまぼこ すまし汁 果物	米、砂糖、白ゴマ。	卵、鮭。	人参、れんこん、 菜の花、きざみのり。	酢、醤油、塩。	426kcal	16.8g	10.7g	268mg	
身体測定 年中組 合同委員会 子育て カウンセラー	4日 (火)	麻婆豆腐丼 コーンシュウマイ わかめスープ 果物	米、砂糖、ごま油、サラダ油、 片栗粉。	豆腐、豚ミンチ。	人参、生姜、青ねぎ。	みりん、赤味噌、醤油、中華だし。	473kcal	17.6g	14.2g	286mg	
身体測定 年少組	5日 (水)	ごはん ふりかけ エビフライ ポテトサラダ プチトマト コーンクリームスープ 果物	米。 サラダ油。 ジャガイも、ノンエッグマヨネーズ。	かつおぶりかけ。 エビフライ(半加工品)。 ポークハム。	人参、生姜、レタス。 プチトマト。 コーン缶、玉ねぎ、パセリ。	トマトケチャップ、ウスターソース。 塩、こしょう。 コーンクリームパウダー。 野菜ブイオン、塩、こしょう。	671kcal	18.0g	29.0g	288mg	
身体測定 年長組 満3歳児クラス 子育てトーク	7日 (金)	五目味噌ラーメン わかめおにぎり 焼き餃子 ぶどうゼリー	中華麺。 米。	煮豚、なると。 餃子 (加工品)。	人参、もやし、コーン缶、青ネギ。 わかめ。 ぶどうゼリー。	ラーメンスープ、こしょう。 塩。	526kcal	23.8g	16.6g	250mg	
誕生日会	10日 (月)	麦ごはん 肉じゃが 酢の物 みそ汁 いちごゼリー	米、押し麦。 ジャガイも、砂糖、サラダ油。 砂糖。	牛肉。 ちりめん雑魚。 豆腐、京揚げ。	玉ねぎ、人参、三度豆、糸こんにやく。 わかめ、胡瓜。 えのき茸、青ねぎ。 いちごゼリー。	みりん、醤油。 酢、醤油、塩。 赤味噌、だし汁。	516kcal	17.9g	16.3g	284mg	
	11日 (火)	ミートスパゲッティ じゃこ入りサラダ ココアムース	スパゲッティ、米粉、バター、 サラダ油。 ごまドレッシング(ノンエッグマヨネーズ)。	合びきミンチ、粉チーズ。 ちりめん雑魚。 ココアムース。	玉ねぎ、人参、ピーマン、パセリ、 ホールトマト。 ブロッコリー、胡瓜、ラディッシュ。	塩、トマトケチャップ、 野菜ブイオン、ウスターソース。 塩。	495kcal	22.2g	20.4g	313mg	
お別れ会	12日 (水)	赤飯 鶏肉から揚げ 慈姑の素揚げ 春雨サラダ かき卵汁 果物	もち米、米、ごま。 米粉から揚げ粉、サラダ油。 サラダ油。 春雨(馬鈴薯)、ノンエッグマヨネーズ。 片栗粉。	鶏肉。 ポークハム短冊。 卵。	小豆。 慈姑。 胡瓜、人参。 青ねぎ。	塩。 塩。 酢、塩、こしょう。 醤油、塩、削り節、出し昆布。	687kcal	23.6g	33.9g	237mg	
	13日 (木)	全粒入り白パン マカロニグラタン ウインナー炒め フライポテト スナックえんどう塩茹で ABCスープ 果物	パン。 マカロニ、 サラダ油、小麦粉。 ジャガイも、サラダ油。 ABCマカロニ。	ツナ缶。 牛乳、ナチュラルチーズ。 ウインナー(ポーク)。	玉ねぎ、人参、コーン缶、パセリ。 スナックえんどう。 玉ねぎ、パセリ。	ホワイトソース、 塩、こしょう。 塩。 塩。 野菜ブイオン。	550kcal	19.6g	26.8g	257mg	

行事予定	日付	献立	働 き (材 料)				調味料など	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)
			口熱や力の素となるもの(黄色)	〇血や肉や骨となるもの(赤色)	△体の調子を整えるもの(緑色)						
満3歳児クラス 修了式 体育遊び 今年度最終 今年度昼食終了	14日 (金)	ビーフカレー グリーンサラダ フルーツポンチ	米、ジャガイも、小麦粉、 サラダ油。 ノンエッグマヨネーズ。 (炭酸飲料水)。	牛肉。 プロセスチーズ。	玉ねぎ、人参、にんにく、 フルーツチャツネ、生姜、福神漬。 レタス、人参、胡瓜。 ミックスフルーツ、みかんゼリー。	カレー粉、塩、こしょう、 ウスターソース、オイスターソース、 トマトケチャップ。 塩。	547kcal	19.6g	18.9g	257mg	



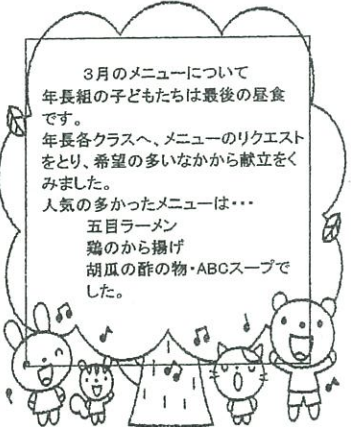
下記のホームページにて昼食の写真を掲載しています。ご覧ください。
URL <http://senriyamagrace.jp/>



3月献立 アレルギー物質を含む加工食品の紹介

～お知らせ～

* 食事摂取基準(3～5歳児)をもとにおやつ(牛乳(180cc)を含め、基準を④としています。
* だしは、煮干し・削り節(さば節)・だし昆布などでとっています。
* 生肉・生野菜は、産地にもこだわり国産を使用しています。
* 地元吹田の平野農園(江坂町)の野菜を中心に、地場産物や旬の物を取り入れ、地産地消を心がけています。又、園で収穫できる野菜も使います。
* デザートは、子どもたちにとって、とても楽しみの一つです。果物は、産地を吟味季節感が味わえるよう配慮しています。衛生面を考え(生肉・生魚の使用時等)、献立の内容によりゼリー等が増えることもあります。ご理解いただけますようよろしくお願いいたします。
* その他、食の安全を考え加工品・調味料におきましても十分吟味し、おいしい手作りの昼食を心がけています。
* 献立材料は、その時の事情により変更する場合があります。ご了承ください。



- | | | |
|-----|--------------------------|---|
| 3日 | ・・雑かまぼこ
・・湯葉 | (卵白・小麦含む)
(大豆含む) |
| 4日 | ・・コーンシュウマイ | (小麦含む) (乳・卵含まない) |
| 5日 | ・・エビフライ
・・コーンクリームパウダー | (小麦含む) (乳・卵含まない)
(小麦・乳製品含む) |
| 7日 | ・・中華麺
・・なると
・・餃子 | (小麦含む) (乳・卵含まない)
(卵白・小麦含む)
(小麦含む) (乳・卵含まない) |
| 11日 | ・・ココアムース | (卵白・乳製品・カカオ含む) |
| 13日 | ・・ホワイトソース | (小麦・乳製品含む) |

=年間を通して園で使用する加工食品=

- * ポークハム・ベーコン・チキンウインナー
無添加・無着色・発色剤・リン酸塩不使用 (乳・卵・小麦も含まれていません)
- * 煮豚 肉屋さん自家製 (乳・卵含まない) 醤油に含まれる小麦一部含まれています。
- * 竹輪 (乳・卵・小麦を含んでいません)
- * マヨネーズ 除去対応ノンエッグマヨネーズ(ケンコーマヨネーズ)を使用します。
- * ごまドレッシングは、手作りドレッシングです。
(ノンエッグマヨネーズ使用醤油・ごま含む)
- * 油は菜種油を使用しています。
- * 酢は、米酢を使っています。(小麦含まない)
- * 味噌は米こうじ味噌を使用しています。
- * 干し椎茸は宮崎産です。
- * パンには、バター・生クリームが入っています。

* 調味料(醤油・酢・ソース・和だしを除くなど)の中に一部小麦を含んでいます。
* うどん・中華麺(卵含まない)は、同じ製造ラインにそばの取り扱いがあります。
除去食を希望される方には、除去・代替品として提供させていただきます。
その他製造ライン(コンタミネーション)、代替品の内容等、気になる点がありましたらお気軽にお尋ねください。

