

《栄養三色》元気な体をつくるために、食品を働かすことによって三色に分けています。
ご家庭の食事で毎食栄養三色が揃うように気をつけましょう。

年長組のご飯茶碗使用日です。



2021年 3月献立予定

2021年2月26日
認定こども園
千里山グレース幼稚園

今年度最終の献立表となりました。

1年を振り返り、子どもたちは、**昼食を食べる量も増え**
改めて一年間の、目覚ましい成長を感じます。

3月メニューは、年長組の幼稚園最後の昼食です。

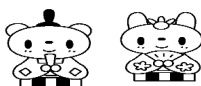
年長組の子どもたちに、リクエストを聞き人気メニューを組み込みました。

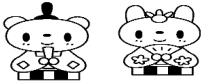
グレース幼稚園の昼食メニューが、ご家庭でも楽しく話題にして
いただけたらうれしく思います。



行事予定	日付	献立	働 き (材 料)				調味料など	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)	塩分 (g)		
身体測定 年中組	1日 (月)	ミートスパゲッティ 蒸し鶏サラダ マスカットゼリー	スパゲッティ、米粉、 オリーブ油 	合びきミンチ、刻み大豆 粉チーズ 	玉ねぎ、人参、ピーマン、パセリ ホールトマト 	塩、トマトケチャップ ウスターソース 	511kcal 20.4g 18.9g 279mg 1.5g	
	リス組 おやつ	お茶 ジャコゆかりおにぎり	米	ちりめん雑魚	お茶 ゆかり		おやつカロリー 82kcal	
身体測定 年長組	2日 (火)	鮭ごはん 竹輪の磯部焼き 春雨サラダ わかめずまし汁 果物 	米 サラダ油 春雨 (馬鈴薯)、ノンエッグマヨネーズ	塩鮭 竹輪 ロースハム 	パセリ 青のり 胡瓜、人参 わかめ、えのき茸、人参、青ねぎ 	塩  酢、塩、こしょう 醤油、塩、削り節、出し昆布	462kcal 16.4g 10.6g 269mg 1.9g	
	リス組 おやつ	お茶 豆腐ドーナツ	小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー、油	豆腐	お茶		おやつカロリー 146kcal	
ひなまつり 音楽会	3日 (水)	ちらし寿司  ひなかまぼこ みそ汁 果物 (いちご)	米、砂糖  	卵、ちりめん雑魚、 焼きあなご ひなかまぼこ 湯葉 (冷凍) 	人参、れんこん、干し椎茸、 菜の花、きざみのり しめじ茸、人参、青ねぎ	酢、醤油、塩  赤味噌、削り節	483kcal 22.9g 13.0g 324mg 3.0g	
	リス組 おやつ	お茶 雛菓子 みかんゼリー	ひながし (米)		お茶 みかんゼリー		おやつカロリー 116kcal	
年長組 お別れ遠足 新2号 2号認定児 昼食	4日 (木)	全粒入り白パン チキンナゲット フライポテト ブロッコリー塩ゆで 白ぶどうジュース	全粒入り白パン ジャガいも、サラダ油	チキンナゲット (加工品)	 ブロッコリー 白ぶどうジュース 	塩  塩	504kcal 16.4g 17.4g 267mg 1.2g	
	リス組 おやつ	牛乳 ゆかりおにぎり	米	牛乳	ゆかり		おやつカロリー 99kcal	
子育て カウンセリング	5日 (金)	ごはん ふりかけ 手作りのハンバーグ ポテトサラダ ABCスープ 果物	米 おからパウダー、サラダ油 ジャガいも、ノンエッグマヨネーズ ABCマカロニ	あいびきミンチ、豆乳 ツナ缶 	海苔ふりかけ 玉ねぎ、人参、ナツメグ 人参、きゅうり、ブロッコリー 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。 塩、こしょう 無添加ブイヨン 	538kcal 21.3g 19.9g 298mg 1.7g	
	リス組 おやつ	お茶 炭酸せんべい ラムネ	炭酸せんべい		お茶 ラムネ		おやつカロリー 77kcal	
誕生日会	6日 (土)	オムライス コンソメスープ みかんゼリー	米、オリーブ油 ベーコン。 	牛ミンチ、卵  	玉ねぎ、人参、 黄パプリカ、エリンギ茸 玉ねぎ、人参、パセリ。 みかんゼリー	塩、こしょう、トマトケチャップ 野菜ブイヨン、こしょう 	525kcal 20.4g 16.8g 297mg 1.3g	
	午後 おやつ	牛乳 ホットケーキ	ホットケーキ	牛乳			おやつカロリー 180kcal	
誕生会	8日 (月)	焼きそば  ポイルウインナー もやしスープ ココアムース	中華そば、サラダ油 ごま油 	豚肉。 ウインナー(ポーク)  ココアムース	キャベツ、玉ねぎ、人参、 ピーマン、青のり もやし、エリンギ茸、人参	焼そばソース、塩、こしょう 鶏がらスープ、塩、こしょう	475kcal 21.9g 16.5g 364mg 2.0g	
	リス組 おやつ	お茶 チーズパンサンド	食パン	スライスチーズ	お茶		おやつカロリー 106kcal	
身体測定 年少組	9日 (火)	ごはん ふりかけ 肉じゃが キャベツつくね みそ汁 果物 	米。 ジャガいも、砂糖、サラダ油  	牛肉。 キャベツつくね (半加工品) 京揚げ	ひじきふりかけ 玉ねぎ、人参、糸こんにゃく  大根、えのき茸、人参、青ねぎ	みりん、醤油  味噌、削り節 	527kcal 20.0g 16.0g 331mg 1.5g	
	リス組 おやつ	お茶 ビスケット いちごゼリー			お茶 いちごゼリー		おやつカロリー 97kcal	
合同委員会	10日 (水)	三色丼  すまし汁  フルーツゼリー	米、砂糖。 	鶏ミンチ、卵。  豆腐。 	ほうれん草、人参。 玉ねぎ、人参、舞茸、青ねぎ。 フルーツゼリー	みりん、醤油。 醤油、塩、削り節、出し昆布。	467kcal 20.0g 16.0g 331mg 1.6g	
	リス組 おやつ	お茶 さつま芋おにまんじゅう	米粉、砂糖		お茶 さつま芋		おやつカロリー 92kcal	
お別れ会 年長組	11日 (木)	全粒入り塩バターパン マカロニグラタン  ブロッコリーの塩ゆで ジュリアンスープ ぶどうゼリー 	全粒入り白パン、バター マカロニ、 サラダ油、小麦粉 ベーコン 	ウインナー 牛乳、ナチュラルチーズ  	玉ねぎ、人参、コーン缶  ブロッコリー キャベツ、セロリ、人参、パセリ ぶどうゼリー	塩 塩、こしょう、ホワイトソース 塩 無添加ブイヨン、塩、こしょう	613kcal 21.3g 22.1g 357mg 1.8g	
	リス組 おやつ	お茶 おかかおにぎり	米	花かつお	お茶	醤油	おやつカロリー 74kcal	
子育て カウンセリング	12日 (金)	麻婆豆腐丼  中華風和え物 わかめスープ パインゼリー	米、砂糖、ごま油、サラダ油、 片栗粉 砂糖、ごま油。 ごま	豆腐、牛ミンチ ツナ缶。 	人参、生姜、青ねぎ。  もやし、胡瓜、人参。 わかめ、人参、エリンギ茸、にら パインゼリー	みりん、赤味噌、醤油、中華だし。 醤油、塩、こしょう。 醤油、こしょう、鶏がらスープ	496kcal 23.3g 14.7g 362mg 2.0g	
	リス組 おやつ	お茶 ジャガいもピザ	ジャガいも	ナチュラルチーズ	お茶 パセリ	トマトケチャップ	おやつカロリー 124kcal	



										エネルギー (kcal)
										タンパク質 (g)
										脂質 (g)
										カルシウム (mg)
										塩分 (g)
行事予定	日付	献立	働 き (材 料)							495kcal
			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)	調味料など				24.6g
	13日 (土)	そばろ丼	米、ごま、砂糖、サラダ油	豚肉ミンチ	玉ねぎ、人参、生姜	みりん、醤油				11.8g
		みそ汁		京揚げ 	刻みのり	味噌、削り節				294mg
		果物			キャベツ、人参、えのき茸、青ねぎ					1.6g
避難訓練	リス組 おやつ	牛乳 果物		牛乳						おやつカロリー 65kcal
		バーンクーヘン	バーンクーヘン							
		五目醤油ラーメン 	中華麺 	焼豚、ゆで卵	人参、もやし、わかめ、青ネギ	醤油ラーメンスープ、こしょう				525kcal
	15日 (月)	焼き餃子 		焼き餃子 						21.0g
		いちごゼリー			いちごゼリー 					20.8g
		お茶			お茶					389mg
	リス組 おやつ	五平餅	米、砂糖、ごま			みりん、味噌				2.1g
										おやつカロリー 72kcal
	16日 (火)	赤飯	もち米、米、ごま	鶏肉	小豆	塩				587kcal
		鶏肉から揚げ	米のから揚げ粉、サラダ油	花かつお 	慈姑	塩				28.6g
		慈姑の素揚げ	サラダ油	豆腐	ほうれん草、人参	みりん、醤油。				21.6g
	リス組 おやつ	ほうれん草のおかか和え			人参、大根、青ねぎ	醤油、塩、削り節、出し昆布				308mg
		すまし汁								1.5g
		果物								
1号認定児 昼食終了	17日 (水)	ドライカレー 	米、米粉 サラダ油	牛肉、刻み大豆、卵	玉ねぎ、人参、にんにく、レーズン、リンゴ、生姜、パセリ	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、カレールウ				475kcal
		グリーンサラダ	手作りごまドレッシング 	プロセスチーズ 	胡瓜、レタス、人参、ラデッシュ	塩、酒				20.5g
		フルーツポンチ	(炭酸飲料水)		ミックスフルーツ、レモンゼリー					21.3g
たけのこ組 修了式	リス組 おやつ	お茶			お茶					289mg
		磯風味ポテト	ジャガイも、サラダ油		青のり	塩				1.4g
										おやつカロリー 109kcal
卒園式 新2号 2号認定児 昼食	18日 (木)	わかめごはん	米	ささみカツ (半加工品)	わかめごはんの素	ウスターソース、トマトケチャップ				546kcal
		ささみカツ	サラダ油	京揚げ	三度豆、人参	醤油				22.7g
		三度豆ごま和え	砂糖、すりごま 		大根、えのき茸、人参、青ねぎ	味噌、削り節				17.9g
	リス組 おやつ	ももゼリー		牛乳	お茶					304mg
		牛乳	ポップコーン		バナナ					おやつカロリー 78kcal
終園式 少・中・長 新2号 2号認定児 昼食	19日 (金)	ハヤシライス	米、米粉。	豚肉	玉ねぎ、人参、エリンギ茸、ピーマン	カットトマト、オイスターソース、こしょう				470kcal
		じゃこ入りサラダ	手作りごまドレッシング 	ちりめん雑魚 	ブロッコリー、胡瓜、人参	無添加ブイヨン、トマトケチャップ、塩				16.4g
		和梨ゼリー			和梨ゼリー 	塩 				1.7g
	リス組 おやつ	お茶			お茶					330mg
		ジャムサンドパン	食パン		いちごジャム					1.4g
										おやつカロリー 101kcal
春期 預かり保育	22日 (月)	菜飯ごはん	米、ごま	花形がんも、人参・かぶ型さつま揚げ	菜飯ごはんの素	みりん、醤油				516kcal
		おでん 	砂糖 	ゆで卵、竹輪 	大根、こんにゃく	削り節、出し昆布				23.3g
		みかんゼリー			絹さや					14.7g
	リス組 おやつ	牛乳	さつまいも、砂糖	牛乳	みかんゼリー 					362mg
		スイートポテト				塩				2.0g
										おやつカロリー 101kcal
春期 預かり保育	23日 (火)	味付けごはん	米、砂糖、サラダ油	鶏もも肉。	人参、ごぼう、干し椎茸、刻みのり 	みりん、醤油				536kcal
		きびなごのから揚げ		きびなごのから揚げ(半加工品)	スナッペンどう	塩。				19.2g
		スナッペンどう		豆腐。	えのき茸、人参、青ねぎ	醤油、塩、削り節、出し昆布				21.9g
	リス組 おやつ	牛乳	リンゴタルト (加工品)。	牛乳						268mg
		りんごタルト								1.6g
										おやつカロリー 113kcal
春期 預かり保育	24日 (水)	ごはん	米	いわし	人参、椎茸、こんにゃく	みりん、醤油 				498kcal
		いわし生姜煮	砂糖 	おから、竹輪、冷凍枝豆	ごぼう、大根、こんにゃく、しめじ茸、人参、青ねぎ	だしの素、醤油				24.1g
		卵の花炒り煮	さつまいも 	豚肉、京揚げ	日向夏みかんゼリー	味噌、削り節 				19.5g
	リス組 おやつ	豚汁								395mg
		日向夏みかんゼリー								1.7g
春期 預かり保育	25日 (木)	ウィンナーパン	パン	ウィンナー	胡瓜、人参 	トマトケチャップ				606kcal
		マカロニサラダ	マカロニ、ノンエッグマヨネーズ	ツナ缶	コーン缶、玉ねぎ、人参、パセリ	酢、塩、こしょう				21.7g
		プロセスチーズ	米粉	プロセスチーズ		無添加ブイヨン、塩、こしょう				28.9g
	リス組 おやつ	コーンスープ		牛乳、豆乳						324mg
		果物								2.3g
		きな粉おにぎり	米、きな粉、砂糖	牛乳						おやつカロリー 62kcal
春期 預かり保育	26日 (金)	豚丼	米、ごま、砂糖、サラダ油	豚肉	玉ねぎ、人参、生姜	みりん、醤油				438kcal
		みそ汁 		豆腐、京揚げ 	刻みのり	味噌、削り節 				18.6g
		かんきつゼリー			白菜、人参、えのき茸、青ねぎ					19.5g
	リス組 おやつ	牛乳 果物		牛乳	かんきつゼリー					298mg
		じゃこトースト	食パン、ノンエッグマヨネーズ	ちりめん雑魚						1.5g
										おやつカロリー 118kcal
春期 預かり保育	27日 (土)	焼うどん 	細うどん、サラダ油	豚肉、花かつお	キャベツ、玉ねぎ、人参	焼きうどんソース、塩、こしょう 				482kcal
		ポイルウィンナー	ごま油 	ウィンナー (チキン)	ピーマン、青のり 	塩、こしょう				18.7g
		中華スープ			玉ねぎ、人参、青ネギ 	鶏がらスープ、醤油、こしょう				15.7g
	リス組 おやつ	牛乳 果物		牛乳						328mg
		レーズンパン	レーズンパン							1.7g
										おやつカロリー 65kcal
春期 預かり保育	29日 (月)	カレーピラフ	米、サラダ油 	豚ミンチ	玉ねぎ、人参、ピーマン、エリンギ茸	カレー粉、無添加ブイヨン、塩、こしょう 				495kcal
		豆腐ハンバーグ		豆腐ハンバーグ (加工品)						19.1g
		ポトフスープ	ジャガイも、オリーブ油	ポークウィンナー 	カリフラワー、キャベツ、人参、玉ねぎ、ローリエ、パセリ	無添加ブイヨン、塩、こしょう				17.4g
	リス組 おやつ	牛乳 果物		牛乳						383mg
		せんべい	せんべい		お茶					1.9g
					バナナ					おやつカロリー 109kcal











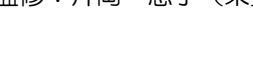
行事予定	日付	献立	働 き (材 料)				エネルギー (kcal)
			口熱や力の素となるもの (黄色)	〇血や肉や骨となるもの (赤色)	△体の調子を整えるもの (緑色)	調味料など	
春期 預かり保育	30日 (火)	ビビンバ丼	米、砂糖、すりごま、ごま油	牛ミンチ、刻み大豆	ほうれん草、もやし、人参 青ねぎ わかめ、にら、しめじ茸、人参、青ねぎ	みりん、醤油 鶏がらスープ、醤油、塩、こしょう	510kcal
		わかめスープ					17.2g
		りんごゼリー					13.1g
	リス組 おやつ	牛乳 バナナスティックケーキ		牛乳			368mg
春期 預かり保育	31日 (水)	ビーフカレー	米、ジャガイモ、米粉、サラダ油	牛肉	玉ねぎ、人参、にんにく、りんご、生姜、福神漬	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、カレールウ	1.6g
		大根と水菜サラダ					おやつカロリー
		ももゼリー					126kcal
	リス組 おやつ	牛乳 おさつバター		牛乳			425kcal
			さつま芋、砂糖、バター				16.2g
							15.9g
							339mg
							1.8g
							おやつカロリー
							125kcal











お知らせ

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

監修：片岡 恵子（栄養士）

3日	・・雛かまぼこ	(卵白・小麦含む)
	・・湯葉	(大豆含む)
8日	・・ココアムース	(卵白・乳製品・カカオ含む)
9日	・・ひじきふりかけ	(卵・乳・小麦・ごま含まない)
	・・キャベツつくね	(小麦・卵・乳含まない)
11日	・・ホワイトソース	(小麦・乳含む) (卵含まない)
15日	・・焼き餃子(小麦含む)	(卵・乳含まない)
16日	・・米粉のからあげ粉	(卵・乳・小麦・ごま含まない)

* 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Ⓜ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、産地を吟味し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。

ご理解いただき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也十分
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。

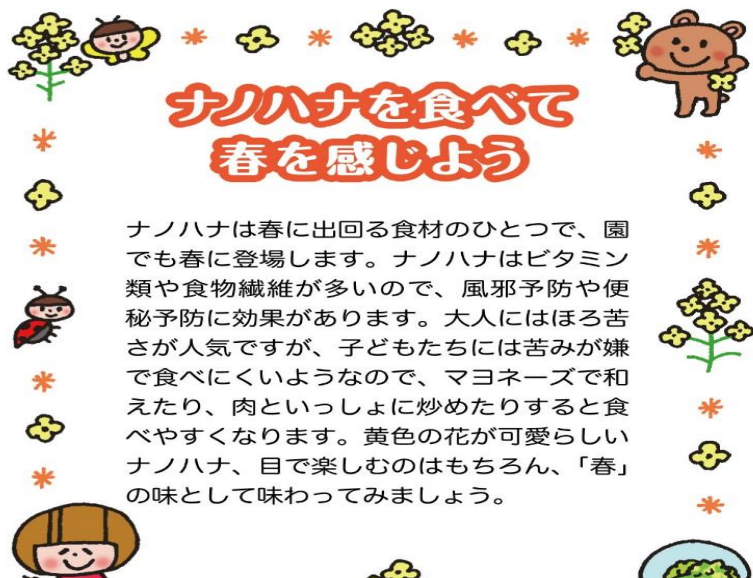
≡年間を通して園で使用する加工食品≡

- * 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・小麦も含まない）
- * 焼き豚 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んでいます。
- * 無添加竹輪使用（乳・卵・小麦を含んでいません）
- * 人参型・かぶ型さつま揚げ・キャベツつくね
無添加・無着色・発色剤・リン酸塩不使用（乳・卵・小麦も含まない）
- * 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 菜種油・酢 米酢・味噌 米こうじ味噌を使用しています。
- * 砂糖 沖縄の粗糖・塩 赤穂の天塩（あら塩）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。

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

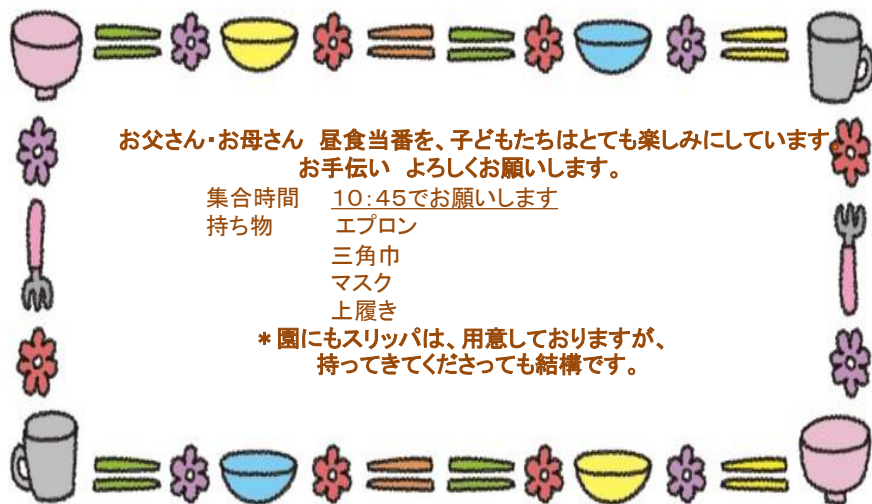
リス組のおやつメニュー及び栄養量を載せています。

- * * 昼食の栄養量には、おやつ（牛乳）は含んでいません。
（一部変更することもあります）



ナノハナを食べて 春を感じよう

ナノハナは春に出回る食材のひとつで、園でも春に登場します。ナノハナはビタミン類や食物繊維が多いので、風邪予防や便秘予防に効果があります。大人にはほろ苦さが人気ですが、子どもたちには苦みが嫌で食べにくいようなので、マヨネーズで和えたり、肉といっしょに炒めたりすると食べやすくなります。黄色の花が可愛いナノハナ、目で楽しむのはもちろん、「春」の味として味わってみましょう。



お父さん・お母さん 屋食当番を、子どもたちはとても楽しみにしています
お手伝い よろしくをお願いします。

集合時間 10:45でお願いします

持ち物 エプロン

三角巾

マスク

上履き

* 園にもスリッパは、用意しておりますが、
持ってきてくださっても結構です。



ダイコン
のことわざ

「大根食ったら菜っぱ干せ」ダイコンの葉っぱのように普段は捨ててしまうものでも、いざというときに役立つこと。ダイコンの葉っぱはビタミン類・カルシウムなどが豊富です。

「大根どきの医者いらす」ダイコンの収穫時にはだれもが健康になり、医者に疎遠になるという意味。ダイコンはおなかの調子





～～”石狩汁”のレシピです～～

(4人分)

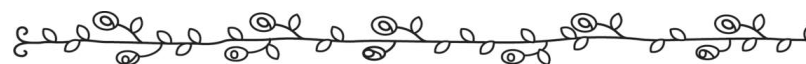
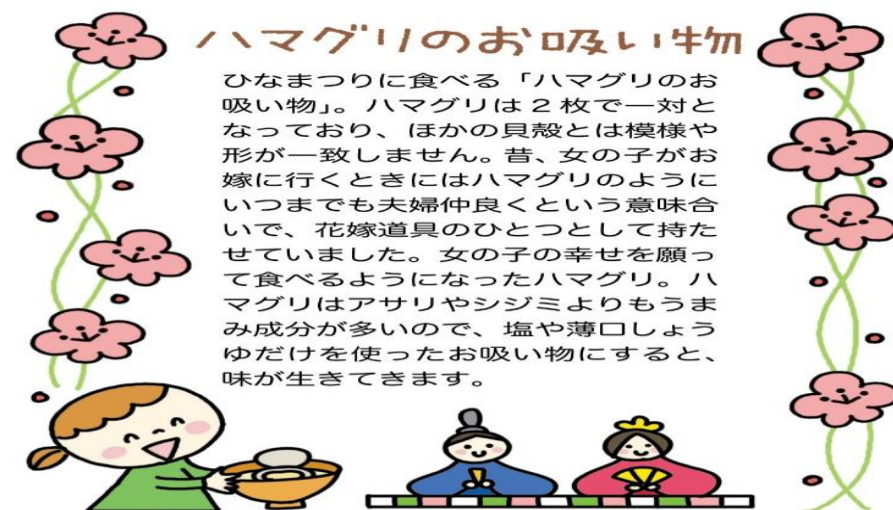
材料

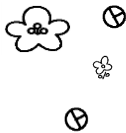
生鮭	250g（2切れ）
大根	中1/4本
人参	中1/3本
ごぼう	1本
ジャガイモ	中2個
えのき茸	1/2株
糸こんにゃく	50g
うす揚げ	50g
青ねぎ	1本
だし汁（サバ節）	3カップ
味噌	大4

作り方

- ① 大根、人参は短冊切り、ごぼうは
さがき、ジャガイモは1cm程度の
半月切り、えのき茸は2cm幅に切る。
- ② 糸こんにゃくはさつとゆでアク抜きし
2〜3cm、うす揚げは5mmに切る。
- ③ だしをとり、①の野菜を固いものから
順に入れ煮る。
- ④ 一口大に切った鮭、②を加え味噌で
味をつけ、小口切りの青ねぎを
散らして出来上がりです。

”石狩汁”2月のメニューで食べました。お家でもどうぞ！！





2017年2月24日
千里山グレース幼稚園



3月メニューは、
年長組も幼稚園最後の昼食となります。事前に年長子どもたちには、
リクエストを聞き人気メニューを組み込みました。(3/1～3/14)

1年を振り返り、こどもたちは、昼食を食べる量も増え笑顔を見ると嬉しくなります。
改めて一年間の、目覚ましい成長を感じます。

これからも、安全でおいしい手作りを心がけ、多くの献立を通して、
昼食が、子どもたちの成長のお手伝いになればと思っています。

ビビンバ	米、砂糖、 ごま油	牛ミンチ	ほうれん草 青ねぎ	みりん、醤油
中華風	砂糖、ごま	ツナ缶	もやし、胡	醤油、塩、こしょう。

g

五目味噌汁 ふかしもち	中華麺。 ま芋。	焼き豚、 人参、もや
カスタードプリン	カスタードプリン (加	

g



チャーハン エビシューマイ	米、サラ エビシューマイ	焼き豚。 エビシューマイ (加工品)	玉ねぎ、 醤油、鶏がらスープ、塩、こしょう
中華スー 馬鈴薯)	ごま ノギ	鶏がらスープ、醤油、	コーンクリームスープ 黄桃缶
			牛乳、生ク コーン缶、 黄桃缶。

マカロニ アスパラの塩ゆで	マカロニ、 サラダ油、	ツナ缶、 牛乳、ナチュラル	玉ねぎ、人 ホホワイトソース、 塩、こしょう。
		グリーンア	



チャーハン ほうれん草シューマイ	米、サラ ほうれん草シューマイ (加工品)。	焼き豚。 玉ねぎ、人 醤油、塩、こしょう、鶏がらスープ。
---------------------	---------------------------	------------------------------------

いちごジャム、食パン。	いちごジャム。	97kcal
-------------	---------	--------



ごはん	米。	のりふりかけ。
豚肉コロッ ひじき五目 りんごゼリー	サラダ油。 砂糖、サラ 竹輪、蒸し 芽ひじき、 りんごゼリー。	豚肉コロッケ (半加工品) トマトケチャップ、ウスターソース。 みりん、醤油、だし汁。

今年度
昼食終了

ひじき大豆コロッケ(、
チャップ、ウスターソース。

⑤

ウィンナー ウィンナー (チキン)	パン。 玉ねぎ、人 ホワイトソース、 塩、こしょう。 キャベツ、無添加 ブイヨン、塩、こしょう。	トマトケチャップ。 塩、こしょう。
----------------------	---	----------------------

--	--	--



きつねうどん	うどん、砂糖	京揚げ、人参	ほうれん草	みりん、
ふかしさつ	こんふ			

味付けごはん	米、砂糖、	鶏もも肉	人参、ごぼう	みりん、醤油
わかさぎのから揚げ			干し椎茸、刻みのり	
スナッエンドウの塩			スナッエンドウ	
豆腐すまし汁			えのき茸、	醤油、塩、削り節、出し昆布
果物				

れんこんの	砂糖、ごま油	れんこん、	みりん、醤油
豚汁	さつまいも	豚肉、京揚げ	ごぼう、大根

豚汁	さつまいも	豚肉、京揚げ	ごぼう、大根
----	-------	--------	--------



卒園式
新2号
2号認定児
昼食



みそ汁	揚げ	玉ねぎ、人参	味噌、削り節
果物			

わかめごはん	米	わかめごはんの素
豚肉コロッ	サラダ油	豚肉コロッ
厚揚げそぼろ	ごま油	三度豆、人参
貝たくさん	里芋	豆腐、京揚げ
ももゼリー		ももゼリー



誕生日会	8日 (月)	スパゲッティ ナポリ グリーンサ	スパゲッティ 米粉 手作りごま	豚肉 プロセス	玉ねぎ、人参、 トマト、 胡瓜	トマトケチャップ、 無添加ブイヨン、塩
子育て 満三歳児クラス		かんきつゼリー			かんきつゼリー	
子育て カウンセリング	リス組 おやつ	お茶 パンケーキ	小麦粉、サ	牛乳	お茶	ま

麻婆豆腐丼	米、砂糖、 片栗粉。	豆腐、豚ミ	人参、干し	みりん、赤味噌、醤油、 中華だし
中華風和え	砂糖、ごま	ツナ缶	もやし、ご	醤油、塩、こしょう。
わかめスープ			わかめ、にら、	鶏がらスープ、醤油、塩、こしょう
りんごゼリー			りんごゼリー	





きつねうどん、 ふかしさつ	うどん、 うどん	砂	京揚げ、人	ほうれん草	みりん、
					醤油、塩、



ぶどうゼリー			ぶどうゼリー	
お茶 ぶかり	さつま芋		お茶	
マカロニ	マカロニ	きな粉		



～～お知らせ～～

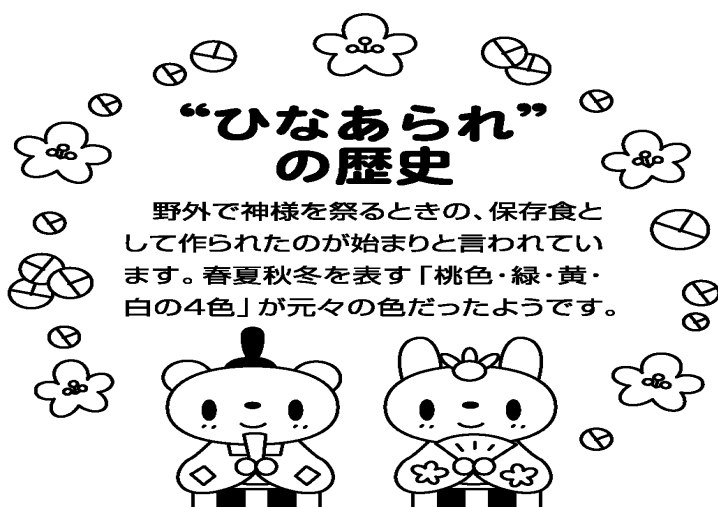


⑦



＝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・チキンウィンナー
無添加・無着色・発色剤・リン酸塩不使用（乳・卵・小麦も含まない）
- * 焼き豚 肉屋さん自家製（乳・卵含まない）醤油に含まれる小麦一部
- * 無添加竹輪使用（乳・卵・小麦を含んでいません）
- * 人参型・かぶ型さつま揚げ・キャベツつくね
無添加・無着色・発色剤・リン酸塩不使用（乳・卵・小麦も含まない）
- * 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
- * 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)



お父さん・お母さん、昼食当番を子どもたちは、
楽しみにしています。
お手伝い よろしくお願いします。
集合時間 11:00
(配膳時間が11:30開始に変更しています)

持ち物 エプロン・三角巾・マスク・上履き
*園にもスリッパは、用意しておりますが、
持ってきて くださっても結構です。
お父さん・お母さん、昼食当番を子どもたちは、
楽しみにしています。
お手伝い よろしくお願いします。
集合時間 11:00
(満3歳児クラスの方は10:45にお願いします)
持ち物 エプロン・三角巾・マスク・上履き
*園にもスリッパは、用意しておりますが、
持ってきて くださっても結構です。



- * 油 菜種油・酢 米酢・味噌 米こうじ味噌を使用しています。
- * 砂糖 沖縄の粗糖・塩 赤穂の天塩(あら塩)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
- * 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

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;
お気軽に お尋ねください。

お母さんのリクエストにお答えして・・・
グレース幼稚園 ケチャップライスレシピ です。

材料	(大人2人+子ども2人)	作り方
ウィンナー	5～6本	①ウィンナーは、3mm位のスライス
玉ねぎ	中1玉	②玉ねぎ・ピーマン・人参・エリンギ茸
ピーマン	中1個	みじん切りにする。
人参	2/3本	③フライパンにオリーブ油を入れ
エリンギ茸	中1本	ウィンナー・野菜を炒めておく。
トマトケチャップ	大さじ3	
野菜ブイヨン(粉末)	小さじ1	④③にあたたかいご飯を入れ炒め、
塩	小さじ1/4・こしょう 少々	調味料を加え味を整えると
オリーブ油	大さじ1	出来上がりです。
ごはん	ご飯茶碗3杯くらい	

園のケチャップライスの作り方は・・・

大量に調理をしますので、野菜はあらかじめ炒め、ウィンナーのスライスは、スチームコンベクションで別に火を通しておきます。その後、ご飯が炊きあがるのを待って、3回位に分けて、ケチャップライスを仕上げています。

＊ ＊ ＊
ウィンナーの代わりに
ひき肉又はツナ缶を入れても美味しいです。



味噌ラーメンスープ、こしょう。
塩。
加工品）。

無添加ブイヨン、塩、こしょう。

削り節、出し昆布

523kcal
18.4g
16.3g
305mg
1.6g

ふやつカロリー

150kcal

