

メニュー表

2016年04月

国風第一幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
11日 (月)	菜めしご飯 照り焼き肉団子 おさつスティック キャベツとツナのサラダ ぶどうゼリー	精白米 キャノーラ油 上白糖 片栗粉 さつまいも マヨネーズ ぶどうゼリー	肉団子 ツナ缶詰	菜飯の素 キャベツ にんじん 青菜	542	10.0	20.4	1.1
12日 (火)	焼鳥丼 おかか和え オレンジ	精白米 上白糖 めんつゆ	鶏肉 卵 焼きのり かつお節	しょうが だいこん にんじん いんげん オレンジ	420	16.2	10.5	1.6
13日 (水)	ご飯 すき煮 厚焼き玉子 ブロッコリーサラダ	精白米 上白糖 コールスロートレッシング	豚肉 厚揚げ 卵	たまねぎ にんじん ブロッコリー	426	15.3	13.9	1.4
14日 (木)	焼きそば ポークウインナー もやしのサラダ	中華めん キャノーラ油 ごまトレッシング	豚肉 ポークウインナー	キャベツ にんじん もやし 青菜 ホールコーン	423	14.8	12.1	2.1
15日 (金)	ご飯 白身魚フライ 切干大根の煮付け キャベツの彩りサラダ	精白米 キャノーラ油 上白糖 シーザーサラダトレッシング	白身魚フライ 油揚げ	切干し大根 にんじん キャベツ きゅうり パプリカ	357	11.0	10.9	1.0
18日 (月)	ご飯 ハンバーグ(デミマソース) かぼちゃチーズ焼き キャベツとコーンのサラダ	精白米 ハヤシルー 上白糖 マヨネーズ	ハンバーグ チーズ	たまねぎ かぼちゃ キャベツ にんじん 青菜 ホールコーン	373	11.5	9.2	1.2
19日 (火)	麻婆飯 チキンナゲット ブロッコリーの和え物	精白米 キャノーラ油 上白糖 片栗粉 ごま油 めんつゆ	豆腐 豚肉 味噌 チキンナゲット	たまねぎ しょうが トマトケチャップ ブロッコリー にんじん ホールコーン	446	15.7	11.8	2.5
20日 (水)	ご飯 鶏肉の香味揚げ 和風スパゲティ レタスサラダ	精白米 片栗粉 キャノーラ油 スパゲティ マヨネーズ コールスロートレッシング	鶏肉 あおのり ツナ缶詰	しょうが 乾燥しいたけ レタス にんじん	445	14.4	18.8	0.8
21日 (木)	ご飯 さばの味噌かけ じゃがいもの煮物 大根サラダ	精白米 上白糖 じゃがいも ごまトレッシング	さば 味噌 豚肉 卵	たまねぎ にんじん グリーンピース だいこん 青菜	409	17.6	11.4	1.1

メニュー表

2016年04月

国風第一幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
22日 (金)	ご飯 とんかつ 大豆のチリコンカン キャベツのサラダ	精白米 キャノーラ油 上白糖 酢	とんかつ 大豆 豚肉 乾燥わかめ	たまねぎ トマトソース トマトケチャップ グリーンピース キャベツ にんじん ホールコーン	457	15.4	16.5	1.7
25日 (月)	ご飯 鶏肉のバーベキューソース焼き 焼きビーフン シーザーサラダ	精白米 上白糖 ビーフン キャノーラ油 ごま油 シーザーサラダドレッシング	鶏肉 豚肉	トマトケチャップ キャベツ にんじん ホールコーン ブロッコリー パプリカ	396	16.0	12.5	0.9
26日 (火)	ご飯 焼肉風炒め 甘芋 もやしのごま風味サラダ	精白米 上白糖 キャノーラ油 さつまいも ごまドレッシング	豚肉 味噌	キャベツ たまねぎ にんじん もやし 青菜	423	11.3	13.9	1.1
27日 (水) 誕生会	五目御飯 豆腐ハンバーグ(照焼きソース) 卵入りサラダ オレンジ	精白米 上白糖 めんつゆ 片栗粉 マヨネーズ	鶏肉 油揚げ 豆腐ハンバーグ 卵	にんじん ごぼう いんげん キャベツ オレンジ	463	15.5	16.0	1.4
28日 (木)	カレーライス キャベツの和え物 プチゼリー	精白米 じゃがいも キャノーラ油 カレー めんつゆ プチゼリー	豚肉 油揚げ	たまねぎ にんじん トマトケチャップ キャベツ 青菜	451	10.2	13.4	1.9
平均					430	13.9	13.6	1.4

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。