

メニュー表

2016年08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				
1日 (月)	ご飯 チキンカツ ナポリタン風スパ ミモザサラダ	精白米 キャノーラ油 スパゲッティ コールスロート ^{レッシング}	チキンカツ 卵	たまねぎ トマトケチャップ [°] ブロッコリー にんじん	448	12.7	16.2	1.4
2日 (火)	ご飯 鮭の塩焼き 切干大根の煮付け キャベツと枝豆のサラダ	精白米 上白糖 マヨネーズ [°]	さけ 油揚げ 枝豆	切干し大根 にんじん キャベツ ホールコーン	372	15.0	12.6	1.0
3日 (水)	ご飯 ハンバーグトマトソース おさつスティック キャベツのサラダ	精白米 上白糖 片栗粉 さつまいも キャノーラ油 ごま ^{レッシング}	ハンバーグ ツナ缶詰	しめじ たまねぎ トマトソース トマトケチャップ [°] キャベツ にんじん きゅうり	417	11.2	10.4	0.8
4日 (木)	わかめご飯 焼肉風炒め ポテトサラダ ミニトマト	精白米 上白糖 キャノーラ油 じゃがいも マヨネーズ [°]	炊き込みわかめ 豚肉 味噌	キャベツ たまねぎ にんじん きゅうり ホールコーン ミニトマト	433	13.0	15.5	1.6
5日 (金)	カレーライス ウインナー玉子巻き もやしのサラダ	精白米 じゃがいも キャノーラ油 カレールー めんつゆ ごま	豚肉 ウインナー玉子巻	たまねぎ にんじん トマトケチャップ [°] もやし いんげん	485	12.5	15.5	2.3
平均					420	13.8	13.2	1.5



※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。