



メニュー表



2021年07月

柴又帝釈天附属ルンビニー幼稚園

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 (木)	ご飯 さばの白味噌焼き 切干大根の煮付け パンプキンサラダ	精白米 三温糖 マヨレ	さば 味噌 油揚げ	切干大根 にんじん いんげん かぼちゃ きゅうり	327	12.9	7.9	0.7
2日 (金)	ご飯 ハンバーグ(カレーソース) ブロッコリー添え フライドポテト 季節の果物【すいか】	精白米 カレー じゃがいも キャノーラ油	鶏肉 豚肉 チーズ	たまねぎ ブロッコリー すいか	359	12.5	9.8	0.4
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">☆たなばたメニュー☆</div> 								
7日 (水)	ご飯 鶏肉の唐揚げ 金平ごぼう コールスローサラダ プチゼリー	精白米 片栗粉 キャノーラ油 三温糖 ごま マヨレ きび砂糖 酢 アマニ油 ゼリー	鶏肉	しょうが にんにく ごぼう にんじん いんげん キャベツ ホールコーン きゅうり	419	13.6	15.5	0.5
8日 (木)	冷やしうどん ごぼうメンチカツ きゅうりの味噌マヨ和え	うどん めんつゆ パン粉 キャノーラ油 マヨレ	かまぼこ 卵 わかめ 鶏肉 豚肉 味噌	にんじん ごぼう たまねぎ きゅうり	332	10.0	8.4	1.9
9日 (金)	とうもろこしご飯 鮭の塩焼き ひじきの煮付け キャベツのサラダ	精白米 キャノーラ油 三温糖 めんつゆ ごまドレッシング アマニ油	さけ ひじき 鶏肉 油揚げ	とうもろこし にんじん いんげん キャベツ きゅうり	335	15.2	10.4	0.8
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">♪旬の食材「とうもろこし」メニュー♪</div> 								
16日 (金)	ご飯 鶏(けい)ちゃん焼き ポテトサラダ みかん缶	精白米 三温糖 片栗粉 じゃがいも マヨレ	鶏肉 味噌 ベーコン	にんじん キャベツ しょうが にんにく きゅうり みかん	326	10.7	8.8	0.3
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">岐阜県の郷土料理「鶏(けい)ちゃん焼き」</div> 								
平均					349	12.4	10.1	0.8

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。