




# メニュー表

2021年08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				
25日 (水)	ご飯 ハンバーグ(トマトソース) ブロッコリー添え 和風スパゲティ 季節の果物【梨】	精白米 三温糖 片栗粉 めんつゆ スパゲッティ	鶏肉 豚肉 ツナ 	たまねぎ トマトソース にんにく トマト ブロッコリー にんじん しめじ 梨	350	13.7	8.6	0.6
26日 (木)	ジューシー チャンプルー 味噌汁(油揚げ・なす・わかめ) オレンジ	精白米 三温糖 めんつゆ きび砂糖	ひじき 豚肉 卵 かつお節 油揚げ わかめ 味噌	にんじん いんげん たまねぎ ニラ なす オレンジ	349	14.7	10.0	1.5
 <span style="font-size: 1.2em; font-weight: bold;">沖縄県の郷土料理「ジューシー」&amp;「チャンプルー」</span> 								
27日 (金)	冷やしきつねうどん 鶏肉の唐揚げ キャベツのごま風味サラダ プチゼリー	うどん めんつゆ 片栗粉 キャノーラ油 ごまドレッシング ゼリー	油揚げ わかめ 鶏肉	にんじん しょうが にんにく キャベツ ホールコーン ほうれん草	390	13.4	13.0	1.6
平均					363	13.9	10.5	1.2

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。