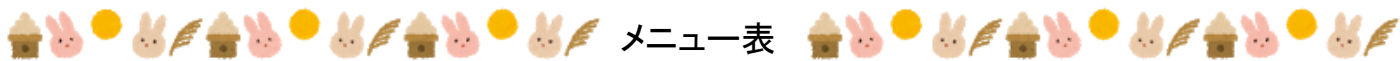


2021年09月

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				
2日 (木)	ご飯 鶏肉の白味噌焼き 金平にんじん きゅうりのごま和え	精白米 三温糖 ごま油 めんつゆ ごま	鶏肉 味噌 ツナ	にんじん だいこん ピーマン きゅうり	328	14.2	9.9	0.7
3日 (金)	ミートスパゲティ キャベツのサラダ オレンジ	スパゲティ キャノーラ油 きび砂糖 片栗粉 マヨレ アマニ油	豚肉 鶏肉 牛肉	たまねぎ にんじん トマト トマトケチャップ キャベツ きゅうり パプリカ オレンジ	352	11.8	9.0	1.7
8日 (水)	ご飯 鶏肉のカレー風味焼き 大豆のチリコンカン キャベツとツナのサラダ	精白米 キャノーラ油 三温糖 ごまドレッシング	鶏肉 大豆 豚肉 ツナ	たまねぎ トマトソース トマトケチャップ にんにく しょうが キャベツ にんじん ほうれん草	388	17.2	13.8	0.5
9日 (木)	ご飯 すき煮 きゅうりのハリハリサラダ バナナ	精白米 三温糖 めんつゆ	豚肉 豆腐 かつお節	たまねぎ にんじん きゅうり 切干大根 バナナ	401	14.8	12.4	1.1
10日 (金)	ご飯 ハッシュドビーフ コールスローサラダ 季節の果物【梨】	精白米 ハヤシル マヨレ きび砂糖 酢	牛肉 スキムミルク 	たまねぎ にんじん しめじ キャベツ ホールコーン きゅうり 梨	472	11.6	18.6	1.6
15日 (水)	ふりかけご飯(野菜) 鮭の塩焼き ひじきの煮付け きゅうりの味噌マヨ和え <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">ひじきの日♪</div> 	精白米 野菜ふりかけ キャノーラ油 三温糖 マヨレ	さけ ひじき 鶏肉 味噌	にんじん いんげん きゅうり	356	15.2	10.3	0.8
16日 (木)	ジャージャー麺 豆腐とわかめの中華スープ バナナ 	中華めん キャノーラ油 三温糖 片栗粉 めんつゆ ごま ごま油	鶏肉 豚肉 味噌 豆腐 わかめ	たまねぎ にんじん もやし きゅうり ねぎ バナナ	399	19.1	8.1	1.2
17日 (金)	ご飯 豚肉の生姜炒め スペイン風オムレツ ブロッコリーのごま風味サラダ	精白米 三温糖 きび砂糖 じゃがいも キャノーラ油 ごまドレッシング オリーブオイル	豚肉 卵 ベーコン ツナ	たまねぎ にんじん しょうが ほうれん草 ブロッコリー	425	17.5	19.0	0.6
22日 (水)	ご飯 鶏肉の照り焼き ラタトゥイユ グリーンサラダ プチゼリー	精白米 片栗粉 キャノーラ油 三温糖 マヨレ ゼリー	鶏肉 豚肉 	たまねぎ トマトソース トマトケチャップ にんにく なす ピーマン ブロッコリー リーフレタス パプリカ	391	15.2	12.6	0.6



2021年09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				
24日 (金)	カレーライス ミネラルサラダ マスカットゼリー	精白米 じゃがいも カールー きび砂糖 オリーブオイル 酢 ゼリー	豚肉 ツナ わかめ	たまねぎ にんじん キャベツ	473	11.6	11.7	1.4
29日 (水)	ご飯 さばの味噌かけ 肉ごぼう炒め 野菜とマカロニのサラダ	精白米 三温糖 ごま油 マカロニ マヨレ アマニ油	さば 味噌 豚肉	ごぼう にんじん いんげん キャベツ きゅうり	362	14.6	10.6	0.5
30日 (木)	ご飯 鶏肉の生姜焼き 高野豆腐と野菜の煮物 もやしのごま和え	精白米 片栗粉 三温糖 めんつゆ ごま	鶏肉 高野豆腐 卵	しょうが にんじん しいたけ たまねぎ もやし きゅうり	377	17.4	11.5	0.8
平均					393	15.0	12.2	1.0

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。