

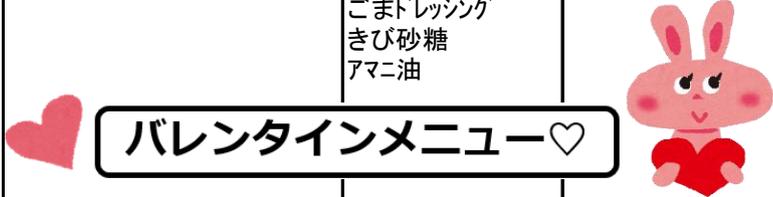


メニュー表



2024年02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 めばるの煮付け 野菜と鶏レバーの炒め物 パンプキンサラダ	精白米 三温糖 油 きび砂糖 片栗粉 マヨレ アマニ油	めばる 鶏肉	にんじん もやし ニラ かぼちゃ きゅうり	351	14.4	5.1	0.5
2日 (金)	太巻き 鶏肉の唐揚げ けんちん風味噌汁	精白米 酢 きび砂糖 片栗粉 油	卵 豚肉 のり 鶏肉 油揚げ 味噌	きゅうり しょうが にんにく だいこん にんじん ごぼう ねぎ	409	15.0	16.3	1.3
								
5日 (月)	ご飯 すき煮 大根と小松菜の醤油マヨ和え りんご	精白米 三温糖 マヨレ	豚肉 豆腐	たまねぎ にんじん だいこん 小松菜 ホールコーン 切干大根 りんご	444	14.9	13.5	1.0
7日 (水)	ご飯 鶏肉のピザ風焼き 野菜とベーコンのスパゲティ 野菜のごま風味サラダ プチゼリー	精白米 三温糖 片栗粉 スパゲティ オリーブオイル ごまドレッシング きび砂糖 ゼリー	鶏肉 チーズ ベーコン	たまねぎ トマトソース トマトケチャップ にんにく ピーマン 水菜 キャベツ にんじん ブロッコリー	438	17.2	11.9	0.6
8日 (木)	ご飯 クリームシチュー 肉団子(ケチャップ) キャベツとツナのサラダ	精白米 じゃがいも シチュールー きび砂糖 オリーブオイル 酢	鶏肉 スキムミルク 豚肉 ツナ	たまねぎ にんじん トマトケチャップ キャベツ いんげん	464	17.6	11.4	1.3
9日 (金)	ご飯 さばの白味噌焼き 金平にんじん 白菜とほうれん草の和え物	精白米 三温糖 ごま ごま油 めんつゆ	さば 味噌 油揚げ	にんじん だいこん はくさい ほうれん草	353	14.0	8.5	0.6
14日 (水)	カレーピラフ ハートのコロッケ 野菜とハムのサラダ コンソメスープ(玉ねぎ・人参)	精白米 カレールー じゃがいも パン粉 油 ごまドレッシング きび砂糖 アマニ油	鶏肉 豚肉 ロースハム	たまねぎ にんじん いんげん キャベツ ブロッコリー	464	11.4	13.5	1.3
								
15日 (木)	ご飯 鶏肉のねぎソース ひじきの煮付け 白菜の和え物	精白米 きび砂糖 ごま油 片栗粉 三温糖 めんつゆ	鶏肉 ひじき	にんにく しょうが ねぎ にんじん いんげん はくさい ホールコーン	396	15.9	10.4	0.7



メニュー表



2024年02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				
16日 (金)	中華飯 青のりポテト りんご	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 じゃがいも 油	豚肉 青のり 	キャベツ にんじん たまねぎ はくさい しいたけ りんご	434	11.6	9.6	1.1
19日 (月)	ご飯 白身魚フライ 高野豆腐と野菜の煮物 キャベツとコーンのサラダ	精白米 パン粉 油 三温糖 めんつゆ	たら 高野豆腐	にんじん しいたけ たまねぎ いんげん キャベツ ホールコーン きゅうり	396	12.9	9.1	0.7
21日 (水)	ご飯 豚肉の生姜炒め 南瓜の煮付け 野菜とマカロニのサラダ	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 マカロニ マヨレ	豚肉	たまねぎ にんじん しょうが かぼちゃ キャベツ ホールコーン	466	14.8	13.4	0.7
22日 (木)	ご飯 鶏肉の味噌マヨ焼き 切干大根の煮付け もやしと水菜のごま和え	精白米 マヨレ 三温糖 めんつゆ ごま	鶏肉 味噌 油揚げ	切干大根 にんじん いんげん もやし 水菜	406	15.9	12.3	0.8
26日 (月)	麻婆飯 甘芋 大根の和え物	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 さつまいも 油 きび砂糖 めんつゆ	豆腐 豚肉 味噌	たまねぎ しょうが にんにく だいこん にんじん 切干大根 いんげん	450	12.9	8.5	1.4
28日 (水)	カレーライス もやしとほうれん草のサラダ マスカットゼリー	精白米 じゃがいも カレー きび砂糖 オリーブオイル 酢 マスカットゼリー	豚肉	たまねぎ にんじん もやし ほうれん草	453	10.2	9.0	1.3
29日 (木)	ご飯 煮込みハンバーグ 二色サラダ 野菜とマカロニのスープ	精白米 きび砂糖 ごまドレッシング マカロニ	鶏肉 豚肉 ベーコン	たまねぎ トマトケチャップ ブロッコリー パプリカ キャベツ にんじん	404	14.1	10.5	1.0
平均					421	14.1	10.8	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。