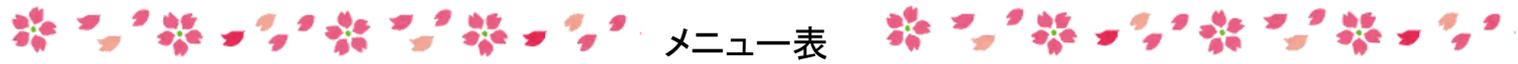


メニュー表

2024年04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 (月)	ご飯 照り焼きチキン ナポリタン風スパ 野菜とハムのサラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 スパゲッティ めんつゆ	鶏肉 ロースハム	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ にんじん ブロッコリー	395	16.4	9.5	0.8
3日 (水)	麻婆飯 キャロットサラダ ピーチゼリー	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 マヨネーズ アマニ油 ピーチゼリー	豆腐 豚肉 味噌 ツナ	たまねぎ しょうが にんにく ニラ にんじん きゅうり	403	12.3	8.3	1.3
4日 (木)	わかめご飯 すき煮 白菜とほうれん草のサラダ オレンジ	精白米 三温糖 きび砂糖 オリーブオイル 酢	わかめ 豚肉 豆腐	たまねぎ にんじん はくさい ほうれん草 オレンジ	428	15.2	12.2	1.4
5日 (金)	ご飯 クリームシチュー 肉団子(ケチャップ) 野菜のごま風味サラダ	精白米 じゃがいも シチュールー ごまドレッシング きび砂糖	鶏肉 スキムミルク 豚肉	たまねぎ にんじん トマトケチャップ キャベツ ホールコーン	426	16.4	11.1	1.1
8日 (月)	中華飯 甘芋 オレンジ	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 さつまいも 油 きび砂糖	豚肉	キャベツ にんじん たまねぎ はくさい しいたけ オレンジ 	444	11.4	9.7	1.2
10日 (水)	キーマカレー 大根とアスパラのサラダ マスカットゼリー	精白米 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 鶏肉 	たまねぎ にんじん だいこん 切干大根 アスパラガス	449	12.0	9.7	1.4
11日 (木)	ご飯 さばのみりん焼き 高野豆腐と野菜の煮物 春雨サラダ	精白米 三温糖 はるさめ きび砂糖 酢 ごま油	さば 高野豆腐 ロースハム	にんじん しいたけ たまねぎ ホールコーン ほうれん草	381	15.3	9.1	1.1
12日 (金)	ご飯 肉じゃが ささみフライ 野菜のごま和え	精白米 じゃがいも 三温糖 パン粉 油 めんつゆ ごま	豚肉 鶏肉 青のり	たまねぎ にんじん グリーンピース はくさい ブロッコリー	411	13.6	11.1	0.9
15日 (月)	ご飯 ハンバーグ(デミタソース) 青のりポテト キャベツとコーンのサラダ	精白米 ハンブル じゃがいも 油 めんつゆ	鶏肉 豚肉 青のり	たまねぎ キャベツ にんじん ホールコーン	374	12.3	11.4	0.5
18日 (木)	ご飯 豚肉の生姜炒め ひじきの煮付け 白菜の和え物	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 めんつゆ	豚肉 ひじき 鶏肉	たまねぎ にんじん しょうが いんげん はくさい ほうれん草	370	13.6	11.4	0.6



メニュー表

2024年04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				
19日 (金)	ケチャップライス 鶏肉の唐揚げ ブロッコリー添え オレンジ	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 油 めんつゆ	鶏肉 豚肉	トマトケチャップ たまねぎ にんじん レーズン しょうが にんにく ブロッコリー オレンジ	432	16.9	14.1	0.9
 ♪お楽しみメニュー♪								
22日 (月)	ご飯 メンチカツ 金平にんじん キャベツとツナのサラダ	精白米 パン粉 三温糖 ごま ごま油 めんつゆ	鶏肉 豚肉 油揚げ ツナ	たまねぎ にんじん だいこん キャベツ ホールコーン きゅうり	386	11.0	12.7	0.8
24日 (水)	ご飯 トラウトサーモンの塩焼き ビーフン 野菜の醤油マヨ和え プチゼリー	精白米 ビーフン ごま油 マヨレ ゼリー	トラウトサーモン 豚肉	キャベツ にんじん だいこん ブロッコリー	349	13.1	9.5	0.6
25日 (木)	たけのこ入り炊き込みご飯 鶏肉の生姜焼き 野菜とマカロニのサラダ オレンジ	精白米 三温糖 めんつゆ きび砂糖 片栗粉 マカロニ マヨレ	油揚げ 鶏肉	にんじん たけのこ しょうが キャベツ きゅうり オレンジ	404	15.5	12.1	0.7
 ♪旬の食材「たけのこ」メニュー♪								
26日 (金)	カレーライス 白菜のごま風味サラダ 青りんごゼリー	精白米 じゃがいも カレー めんつゆ ごま 青りんごゼリー	豚肉	たまねぎ にんじん はくさい きゅうり	427	9.4	8.5	1.2
平均					405	13.6	10.6	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。