



# メニュー表



2025年03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				
3日 (月)	散らし寿司 トンカツ キャベツ添え すまし汁(花麩・わかめ)	精白米 三温糖 酢 きび砂糖 パン粉 油 めんつゆ 花麩	卵 でんぶ のり 豚肉 わかめ	しいたけ にんじん きゅうり キャベツ	371	11.7	5.9	1.3
♪ひなまつりメニュー♪								
5日 (水)	ご飯 鶏肉のねぎソース 南瓜の煮付け 白菜の和え物 プチゼリー	精白米 きび砂糖 ごま油 片栗粉 三温糖 めんつゆ ゼリー	鶏肉	にんにく しょうが ねぎ かぼちゃ はくさい にんじん	427	15.8	9.8	0.7
6日 (木)	カレーライス コールスローサラダ オレンジ	精白米 じゃがいも カレールウ マヨレ きび砂糖 酢 アマニ油	豚肉	たまねぎ にんじん キャベツ オレンジ	451	9.9	10.5	1.2
7日 (金)	ご飯 豚肉とごぼうのうま煮 野菜とマカロニのサラダ マスカットゼリー	精白米 三温糖 マカロニ マヨレ マスカットゼリー	豚肉	しょうが たまねぎ ごぼう キャベツ にんじん	464	14.1	13.3	0.7
10日 (月)	麻婆飯 キャロットサラダ りんご	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 マヨレ	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 いんげん りんご	407	12.6	8.3	1.3
12日 (水)	ご飯 鶏肉の唐揚げ 大豆のチリコンカン キャベツのごま風味サラダ	精白米 片栗粉 油 三温糖 めんつゆ ごま	鶏肉 大豆 豚肉	しょうが にんにく たまねぎ トマトソース トマトケチャップ グリーンピース キャベツ にんじん	463	18.4	15.9	0.4
13日 (木)	ラーメン ささみフライ チーズ入りサラダ	中華めん ごま油 パン粉 油 マヨレ アマニ油	ロースハム わかめ 鶏肉 青のり チーズ	ホールコーン ねぎ キャベツ にんじん	328	11.8	9.8	2.2
14日 (金)	ご飯 肉団子(カレーソース) ブロッコリー添え ポテトグラタン 野菜スープ オレンジ	精白米 カレールウ めんつゆ じゃがいも マカロニ シチュールウ 片栗粉	鶏肉 豚肉 チーズ	たまねぎ ブロッコリー キャベツ にんじん オレンジ	409	12.9	8.9	1.1



# メニュー表



2025年03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 (水)	ご飯 豚肉の生姜炒め 甘芋 スープ(玉ねぎ・わかめ)	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 さつまいも 油	豚肉 わかめ	たまねぎ にんじん しょうが	458	13.5	13.0	1.0
21日 (金)	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 マヨネーズ	たら 高野豆腐	にんじん たまねぎ いんげん キャベツ ホールコーン	416	12.8	11.4	0.7
24日 (月)	ご飯 照り焼きチキン カレービーンズ 白菜のサラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 カレーウ めんつゆ	鶏肉 大豆 豚肉	たまねぎ にんじん グリーンピース はくさい	426	18.1	11.5	0.7
26日 (水)	ふりかけご飯(さかな) 豚肉のハーブキューソース炒め ブロッコリーサラダ 味噌汁(油揚げ・大根)	精白米 三温糖 きび砂糖 ごまドレッシング	お魚ふりかけ 豚肉 油揚げ 味噌	たまねぎ トマトケチャップ ブロッコリー にんじん だいこん	480	17.1	14.1	1.3
27日 (木)	ご飯 メンチカツ 金平にんじん キャベツのサラダ	精白米 パン粉 三温糖 ごま ごま油 きび砂糖 油 酢	鶏肉 豚肉 油揚げ	たまねぎ にんじん だいこん キャベツ パプリカ	418	11.2	12.6	1.0
28日 (金)	中華飯 焼き厚揚げ ピーチゼリー	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 きび砂糖 ピーチゼリー	豚肉 厚揚げ	キャベツ にんじん たまねぎ はくさい	464	14.3	11.1	1.2
31日 (月)	ご飯 ハンバーグ(照焼きソース) 青のりポテト 野菜のごま風味サラダ	精白米 片栗粉 じゃがいも 油 めんつゆ ごま	鶏肉 豚肉 青のり	たまねぎ だいこん にんじん ブロッコリー	400	12.6	10.5	0.4
平均					425	13.7	11.1	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。