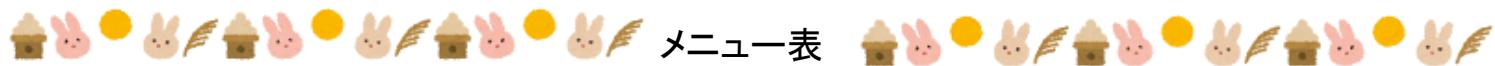


メニュー表

2025年10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)	麻婆飯 甘芋 ブロッコリーサラダ	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 ブロッコリー にんじん	449	13.8	8.6	1.4
3日 (金)	ご飯 肉じゃが 焼き厚揚げ オレンジゼリー	精白米 じゃがいも 三温糖 きび砂糖 オレンジゼリー	豚肉 厚揚げ	たまねぎ にんじん いんげん	441	14.3	10.8	0.7
6日 (月)	ご飯 鶏肉のねぎソース ひじきの煮付け 味噌汁(玉ねぎ・人参)	精白米 きび砂糖 ごま油 片栗粉 三温糖	鶏肉 ひじき 味噌	にんにく しょうが ねぎ にんじん たまねぎ	402	16.4	10.7	1.3
8日 (水)	ピラフ 牛肉入りコロッケ キャベツ添え わかめスープ	精白米 カレールウ じゃがいも パン粉 ごまドレッシング きび砂糖 アマニ油	鶏肉 牛肉 わかめ	たまねぎ にんじん ホールコーン いんげん トマトケチャップ キャベツ	367	9.0	7.4	1.1
9日 (木)	ご飯 豚肉のバーベキューソース炒め マカロニサラダ ピーチゼリー	精白米 三温糖 きび砂糖 マカロニ マヨドレ ピーチゼリー	豚肉	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ にんじん きゅうり	470	13.7	13.3	0.5
10日 (金)	キーマカレー 野菜のごま風味サラダ	精白米 カレールウ めんつゆ ごま	豚肉 鶏肉	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー	438	12.6	9.5	1.3
15日 (水)	ご飯 鶏肉の唐揚げ ナポリタン風スパ 味噌汁(玉ねぎ・人参)	精白米 片栗粉 油 スパゲッティ きび砂糖	鶏肉 味噌	しょうが にんにく たまねぎ トマトケチャップ にんじん	468	16.8	13.9	1.3
16日 (木)	ご飯 ほっけのみりん焼き 金平にんじん キャベツのサラダ	精白米 三温糖 ごま ごま油 めんつゆ	ほっけ 油揚げ	にんじん だいこん キャベツ きゅうり	336	13.0	3.5	0.9
17日 (金)	ご飯 回鍋肉 春雨サラダ スープ(玉ねぎ・わかめ)	精白米 三温糖 片栗粉 はるさめ きび砂糖 酢 ごま油	豚肉 味噌 わかめ	にんじん キャベツ ホールコーン たまねぎ	424	13.5	11.4	1.0
22日 (水)	ご飯 メンチカツ キャベツ添え ポテトのオーロラソース和え プチゼリー	精白米 パン粉 めんつゆ じゃがいも マヨドレ ゼリー	鶏肉 豚肉	たまねぎ キャベツ トマトケチャップ	424	10.4	12.0	0.7
23日 (木)	ご飯 赤魚の黄金焼き 水菜とベーコンのスパゲティ 味噌汁(麺・わかめ)	精白米 三温糖 マヨドレ きび砂糖 スパゲッティ 油 麺	赤魚 ベーコン わかめ 味噌	トマトケチャップ 水菜 にんにく	335	13.7	4.8	1.1



2025年10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)	豚丼 青のりポテト 野菜のおかか和え	精白米 三温糖 じゃがいも 油 めんつゆ	豚肉 青のり かつお節	しょうが たまねぎ にんじん だいこん ブロッコリー	472	14.7	13.0	0.5
27日 (月)	ご飯 鶏肉の味噌マヨ焼き ブロッコリー添え マカロニソテー	精白米 マヨドレ 三温糖 めんつゆ マカロニ 油	鶏肉 味噌 青のり	ブロッコリー パプリカ	398	15.7	11.7	0.7
29日 (水)	そぼろ丼 キャベツとコーンのサラダ 味噌汁(玉ねぎ・人参)	精白米 きび砂糖 片栗粉 油 三温糖 めんつゆ ごま 酢	卵 鶏肉 味噌	たまねぎ しょうが にんじん いんげん キャベツ ホールコーン	426	16.1	9.3	1.4
30日 (木)	大豆ミートのスパゲティ コールスローサラダ マスカットゼリー	スパゲッティ 油 きび砂糖 片栗粉 マヨドレ 酢 アマニ油 マスカットゼリー	大豆ミート 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	340	11.7	8.2	1.6
31日 (金)	ご飯 ハンバーグ(オニオンソース) パンプキングラタン コンソメスープ(キャベツ・人参)	精白米 きび砂糖 酢 片栗粉 マカロニ シチュールウ	鶏肉 豚肉 チーズ	たまねぎ かぼちゃ キャベツ にんじん	409	13.9	9.2	1.1
ハロウィンメニュー★					平均	412	13.7	9.8
※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。								

