

メニュー表

2025年12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 豆腐ハンバーグ(照焼きソース) ポテトのオーロラソース和え キャベツのサラダ	精白米 片栗粉 じゃがいも マヨレ めんつゆ	鶏肉 豆腐	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ にんじん	337	10.4	4.2	0.6
3日 (水)	ご飯 鶏肉の白味噌焼き 金平にんじん 白菜の和え物	精白米 三温糖 ごま ごま油 めんつゆ	鶏肉 味噌 油揚げ	にんじん だいこん いんげん はくさい ホールコーン	390	15.9	10.3	0.7
4日 (木)	ご飯 白身魚フライ ブロッコリー添え 野菜と鶏レバーの炒め物	精白米 パン粉 油 めんつゆ きび砂糖 片栗粉	たら 鶏肉	ブロッコリー にんじん もやし ニラ	386	12.8	8.8	0.5
5日 (金)	大豆ミートのスパゲティ チーズ入りサラダ マスカットゼリー	スパゲティ 油 きび砂糖 片栗粉 マヨレ アマニ油 マスカットゼリー	大豆ミート 鶏肉 牛肉 チーズ	たまねぎ にんじん トマト トマトケチャップ キャベツ	341	11.9	8.6	1.6
10日 (水)	ご飯 鶏(けい)ちゃん焼き 和風ポテトサラダ ピーチゼリー	精白米 片栗粉 じゃがいも マヨレ ピーチゼリー	鶏肉 味噌 かつお節	にんじん キャベツ しょうが にんにく ホールコーン いんげん	425	14.1	9.8	0.6
 <p>岐阜県の郷土料理「鶏(けい)ちゃん焼き」</p>								
11日 (木)	ご飯 赤魚の黄金焼き 高野豆腐と野菜の煮物 もやしとほうれん草のサラダ	精白米 三温糖 マヨレ きび砂糖 めんつゆ	赤魚 高野豆腐	トマトケチャップ にんじん たまねぎ もやし ほうれん草	318	14.3	4.7	0.6
12日 (金)	ご飯 メンチカツ キャベツ添え ナポリタン風スパ	精白米 パン粉 めんつゆ スパゲティ きび砂糖	鶏肉 豚肉	たまねぎ キャベツ トマトケチャップ	437	11.7	11.3	1.0
15日 (月)	ご飯 照り焼きチキン ブロッコリー添え 人参しりしり	精白米 きび砂糖 片栗粉 めんつゆ 三温糖 ごま油	鶏肉 卵	ブロッコリー にんじん	395	15.6	9.6	0.7
17日 (水)	ご飯 豚肉の生姜炒め 焼きかぼちゃ 味噌汁(油揚げ・わかめ) プチゼリー	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 油 ゼリー	豚肉 油揚げ わかめ 味噌	たまねぎ にんじん しょうが かぼちゃ	472	14.8	13.7	1.1
18日 (木)	けんちん風うどん ささみフライ キャベツ添え	うどん 三温糖 めんつゆ パン粉 油 ごまドレッシング きび砂糖 アマニ油	豚肉 油揚げ 鶏肉 青のり	だいこん にんじん ねぎ キャベツ	358	13.0	11.6	2.1



メニュー表

2025年12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	たんぱく質	脂質	食塩相当量
		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	(kcal)	(g)	(g)	(g)
19日 (金)	ピラフ 肉団子(ケチャップ) ブロッコリー添え 野菜スープ 焼きドーナツ(ホイップ添え)	精白米 カレーウ めんつゆ ドーナツ ミックスチョコ	鶏肉 鶏肉 豚肉 ホイップクリーム 	たまねぎ にんじん トマトケチャップ グリーンピース ブロッコリー キャベツ	409	13.1	10.2	1.2
お楽しみメニュー♪								
22日 (月)	ご飯 回鍋肉 甘芋 わかめスープ	精白米 三温糖 片栗粉 さつまいも 油 きび砂糖	豚肉 味噌 わかめ	にんじん キャベツ	458	13.6	13.3	0.9
24日 (水)	ご飯 さばの塩焼き ひじきの煮付け 野菜の信田和え	精白米 三温糖 めんつゆ	さば ひじき 鶏肉 油揚げ	にんじん だいこん ブロッコリー	339	14.0	8.2	0.7
25日 (木)	ご飯 煮込みハンバーグ 青のりポテト 野菜とハムのサラダ	精白米 きび砂糖 じゃがいも 油 めんつゆ	鶏肉 豚肉 青のり 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	400	13.2	9.7	0.5
26日 (金)	カレーライス 野菜のごま風味サラダ ピーチゼリー	精白米 じゃがいも カレーウ めんつゆ ごま ピーチゼリー	豚肉	たまねぎ にんじん キャベツ	454	10.1	8.7	1.2
平均					394	13.2	9.5	0.9

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。