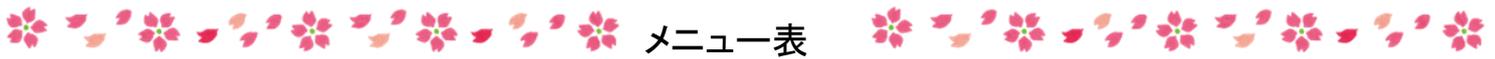


## メニュー表

2026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 (水)	ご飯 照り焼きチキン 和風スパゲティ キャベツのサラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 スパゲティ 油 めんつゆ	鶏肉 ベーコン	にんじん ほうれん草 キャベツ ホールコーン	386	15.7	10.2	0.7
2日 (木)	ご飯 豚肉と野菜のうま煮 マカロニサラダ 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 にんじん キャベツ	417	13.2	12.7	0.5
3日 (金)	麻婆飯 甘芋 白菜の和え物	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 はくさい にんじん ほうれん草	402	12.2	7.5	1.3
6日 (月)	ご飯 赤魚の塩焼き ビーフン 野菜とハムのサラダ	精白米 ビーフン ごま油 マヨレ アマニ油	赤魚 豚肉 ロースハム	キャベツ にんじん だいこん ブロッコリー	317	13.9	7.0	0.7
8日 (水)	ご飯 メンチカツ じゃが芋のカレー炒め 彩りサラダ	精白米 パン粉 じゃがいも カレーウ めんつゆ	鶏肉 豚肉 豚肉 鶏肉	たまねぎ にんじん グリーンピース キャベツ ブロッコリー ホールコーン	411	12.0	12.7	0.8
9日 (木)	ご飯 鶏肉の味噌焼き 金平にんじん もやしの和え物	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 もやし きゅうり	349	15.6	10.3	0.7
10日 (金)	ハヤシライス 白菜のサラダ オレンジゼリー	精白米 じゃがいも ハヤシルウ めんつゆ オレンジゼリー	豚肉 スキムミルク	たまねぎ にんじん はくさい	484	11.9	11.6	1.6
13日 (月)	ご飯 ハンバーグ(ケチャップソース) マッシュポテト キャベツとコーンのサラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 じゃがいも マヨレ	鶏肉 豚肉	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ にんじん ホールコーン	347	11.9	9.2	0.4
16日 (木)	ご飯 鶏肉のハーベキューソース焼き 野菜の金平 ブロッコリーサラダ	精白米 きび砂糖 三温糖 ごま めんつゆ	鶏肉	トマトケチャップ にんじん ごぼう いんげん ブロッコリー ホールコーン	347	15.1	9.2	0.8
17日 (金)	ご飯 白身魚フライ ひじきの煮付け チーズ入りサラダ	精白米 パン粉 油 三温糖 マヨレ	たら ひじき 鶏肉 チーズ	にんじん いんげん キャベツ ブロッコリー	362	11.3	10.3	0.5
20日 (月)	ご飯 肉団子の和風あんかけ ケチャップパスタ コールスローサラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 スパゲティ 油 マヨレ 酢	鶏肉 豚肉	たまねぎ にんじん トマトケチャップ キャベツ きゅうり	362	11.2	8.9	0.6



## メニュー表

2026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				
22日 (水)	中華飯 焼き厚揚げ 野菜のおかか和え プチゼリー	精白米 三温糖 油 片栗粉 ごま油 きび砂糖 めんつゆ ゼリー	豚肉 厚揚げ かつお節	トマトケチャップ たまねぎ にんじん はくさい だいこん ブロッコリー	401	11.6	8.1	1.4
23日 (木)	キーマカレー もやしのサラダ バナナ 	精白米 カールウ ごまドレッシング きび砂糖	豚肉 鶏肉	たまねぎ にんじん もやし ほうれん草 バナナ	442	12.3	10.2	1.3
24日 (金)	たけのこ入り炊き込みご飯 めばるの白味噌焼き 高野豆腐と野菜の煮物 ミネラルサラダ	精白米 めんつゆ 油 三温糖 きび砂糖 酢	油揚げ めばる 味噌 高野豆腐 わかめ 	たけのこ にんじん たまねぎ いんげん キャベツ きゅうり 	315	14.9	5.8	1.0
旬の食材「たけのこ」メニュー♪								
27日 (月)	ご飯 回鍋肉 焼きかぼちゃ 野菜の醤油マヨ和え	精白米 三温糖 片栗粉 油 きび砂糖 マヨレ	豚肉 味噌	にんじん キャベツ かぼちゃ だいこん ブロッコリー ホールコーン	435	13.8	15.0	0.5
30日 (木)	ご飯 鶏肉の唐揚げ 大豆のチリコンカン 彩りサラダ	精白米 片栗粉 油 三温糖 めんつゆ	鶏肉 大豆 豚肉 鶏肉	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 ブロッコリー	428	18.0	15.6	0.4
平均					387	13.4	10.2	0.8

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。