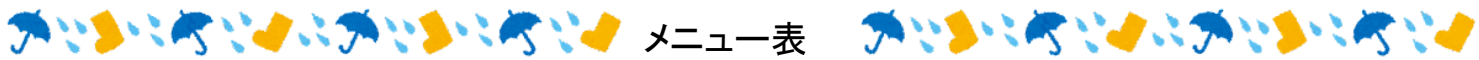


メニュー表

2026年06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)	そばろ井 彩りサラダ 味噌汁(油揚げ・わかめ)	精白米 きび砂糖 片栗粉 油 三温糖 めんつゆ ごま 酢	卵 鶏肉 油揚げ わかめ 味噌	たまねぎ しょうが にんじん いんげん キャベツ ブロッコリー ホールコーン	407	16.1	9.5	1.4
3日 (水)	ご飯 めばるの白味噌焼き 高野豆腐と野菜の煮物 野菜の醤油マヨ和え	精白米 油 三温糖 マヨレ アマニ油	めばる 味噌 高野豆腐	にんじん たまねぎ キャベツ	314	14.1	6.5	0.8
4日 (木)	ご飯 鶏肉の生姜焼き 金平にんじん スティックきゅうり	精白米 きび砂糖 片栗粉 三温糖 ごま ごま油 マヨレ	鶏肉 油揚げ	しょうが にんじん だいこん きゅうり	373	14.7	11.2	0.7
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">よくかんで食べよう♪かみかみメニュー </div>								
5日 (金)	キーマカレー キャベツとトマトのサラダ オレンジゼリー	精白米 カレーウ きび砂糖 油 酢 オレンジゼリー	豚肉 鶏肉	たまねぎ にんじん キャベツ トマト	449	12.1	9.8	1.4
8日 (月)	ご飯 ハンバーグ(ケチャップソース) マッシュポテト 野菜のごま風味サラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 じゃがいも めんつゆ ごま	鶏肉 豚肉	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ ブロッコリー	330	12.2	7.5	0.4
10日 (水)	ご飯 回鍋肉 春雨の和え物 マスカッゼリー	精白米 三温糖 片栗粉 はるさめ きび砂糖 酢 油 マスカッゼリー	豚肉 味噌	にんじん キャベツ ほうれん草	406	12.6	11.3	0.5
11日 (木)	ビビンバチャーハン 牛肉入りコロッケ キャベツ添え わかめスープ	精白米 三温糖 きび砂糖 ごま油 めんつゆ じゃがいも パン粉	豚肉 卵 味噌 牛肉 わかめ	にんじん もやし ほうれん草 にんにく たまねぎ キャベツ	358	9.9	9.6	1.4
12日 (金)	大豆ミートのスパゲティ コールスローサラダ 黄桃	スパゲティ 油 きび砂糖 片栗粉 マヨレ 酢	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 ホールコーン 黄桃	333	11.8	8.1	1.6
15日 (月)	ご飯 鶏肉の味噌焼き 野菜の金平 マカロニサラダ	精白米 三温糖 ごま マカロニ マヨレ	鶏肉 味噌	にんじん ごぼう キャベツ きゅうり	375	15.3	11.3	0.6



メニュー表

2026年06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				
17日 (水)	麻婆飯 青のりポテト 野菜のおかか和え プチゼリー	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 じゃがいも 油 めんつゆ ゼリー	豆腐 豚肉 味噌 青のり かつお節	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ にんじん	412	12.7	8.1	1.3
18日 (木)	ご飯 豚肉のハーベキューソース炒め もやしのサラダ バナナ	精白米 三温糖 きび砂糖 めんつゆ	豚肉	たまねぎ トマトケチャップ もやし きゅうり バナナ	385	13.0	10.8	0.5
19日 (金)	ハヤシライス ミネラルサラダ ピーチゼリー	精白米 じゃがいも ハヤシルウ めんつゆ ピーチゼリー	豚肉 スキムミルク わかめ	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	487	12.1	11.7	1.6
22日 (月)	ご飯 鶏肉の唐揚げ ひじきの煮付け 彩りサラダ	精白米 片栗粉 油 三温糖 めんつゆ	鶏肉 ひじき 鶏肉	しょうが にんにく にんじん キャベツ ブロッコリー ホールコーン	399	15.5	13.9	0.5
24日 (水)	ご飯 豆腐ハンバーグ(照焼きソース) マカロニソテー キャロットサラダ	精白米 片栗粉 マカロニ 油 ごまドレッシング きび砂糖	鶏肉 豆腐 青のり ツナ	たまねぎ にんじん いんげん	316	10.1	4.8	0.5
25日 (木)	ご飯 ほっけの塩焼き 厚揚げの煮物 春雨サラダ	精白米 三温糖 はるさめ きび砂糖 酢 ごま油	ほっけ 厚揚げ	いんげん にんじん ほうれん草	310	13.9	5.9	0.7
26日 (金)	冷やしラーメン 肉団子ハーベキューソース キャベツとトマトのサラダ	中華めん きび砂糖 ごま油 マヨレ アマニ油	ロースハム わかめ 鶏肉 豚肉	ホールコーン にんにく たまねぎ トマトケチャップ キャベツ トマト	314	12.7	8.4	1.4
29日 (月)	中華飯 甘芋 オレンジゼリー	精白米 三温糖 油 片栗粉 ごま油 さつまいも きび砂糖 オレンジゼリー	豚肉	トマトケチャップ たまねぎ にんじん キャベツ	414	9.2	7.3	1.4
平均					375	12.8	9.1	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。