



# メニュー表



2026年08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)	豚肉のスタミナ丼 拌三絲(パンサンスー) 中華スープ(えのき・わかめ)	精白米 三温糖 片栗粉 めんつゆ はるさめ きび砂糖 酢 油 ごま油	豚肉 のり 卵 わかめ	たまねぎ にんにく キャベツ にんじん ほうれん草 えのきたけ	453	14.4	11.5	1.1
 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">夏バテ防止メニュー♪</div> 								
5日 (水)	ご飯 白身魚フライ ひじきの煮付け 野菜の信田和え	精白米 パン粉 油 三温糖 めんつゆ	たら ひじき 鶏肉 油揚げ	にんじん キャベツ ブロッコリー	345	11.3	8.5	0.5
6日 (木)	大豆ミートのスパゲティ もやしのサラダ バナナ	スパゲティ 油 きび砂糖 片栗粉 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 もやし きゅうり バナナ	315	12.1	6.7	1.7
7日 (金)	キーマカレー ミネラルサラダ ピーチゼリー	精白米 カレールウ きび砂糖 めんつゆ ピーチゼリー	豚肉 鶏肉 わかめ	たまねぎ にんじん キャベツ	440	12.0	9.6	1.3
10日 (月)	ご飯 豆腐ハンバーグ(照焼きソース) フライドポテト 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 豆腐	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ ブロッコリー	318	10.0	5.2	0.6
12日 (水)	ご飯 鶏肉のハーベキューソース焼き マカロニソテー キャロットサラダ	精白米 きび砂糖 マカロニ 油 ごまドレッシング	鶏肉 青のり ツナ	トマトケチャップ にんじん いんげん	368	14.8	10.4	0.7
19日 (水)	ご飯 豚肉の生姜炒め 焼きかぼちゃ 春雨の和え物	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 油 はるさめ 酢	豚肉	たまねぎ にんじん しょうが かぼちゃ ほうれん草	431	13.3	13.1	0.7
20日 (木)	トマトとひき肉のハヤシライス スティックきゅうり バナナ	精白米 ハヤシルウ マヨレ	豚肉 鶏肉 スキムミルク	たまねぎ にんじん トマト きゅうり バナナ	485	14.0	13.5	1.6
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">♪旬の食材「トマト」メニュー</div> 								
21日 (金)	麻婆なす丼 甘芋 マスカットゼリー	精白米 油 三温糖 片栗粉 ごま油 さつまいも きび砂糖 マスカットゼリー	豚肉 味噌	なす にんじん しょうが にんにく	396	8.6	6.3	0.8
								
24日 (月)	ご飯 めばるの煮付け 人参しりしり 野菜とマカロニのサラダ	精白米 三温糖 ごま油 マカロニ マヨレ アマニ油	めばる 卵	にんじん キャベツ きゅうり	307	12.4	4.8	0.6



# メニュー表



2026年08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				
26日 (水)	ご飯 ハンバーグ(ケチャップソース) カレービーンズ 野菜のごま風味サラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 カレーウ めんつゆ ごま	鶏肉 豚肉 大豆 豚肉 鶏肉	たまねぎ トマトケチャップ にんじん キャベツ いんげん	364	14.9	9.9	0.5
27日 (木)	冷やしラーメン 牛肉入りコロッケ キャベツ添え 	中華めん きび砂糖 ごま油 じゃがいも パン粉 マヨレ	ロースハム わかめ 牛肉	ホールコーン にんにく たまねぎ キャベツ	377	11.0	11.4	1.7
28日 (金)	ご飯 照り焼きチキン マッシュポテト 彩りサラダ プチゼリー	精白米 きび砂糖 片栗粉 じゃがいも めんつゆ ゼリー	鶏肉	キャベツ にんじん ブロッコリー	375	14.9	9.1	0.5
31日 (月)	ご飯 メンチカツ 金平にんじん 野菜のおかか和え	精白米 パン粉 三温糖 ごま ごま油 めんつゆ	鶏肉 豚肉 油揚げ かつお節	たまねぎ にんじん だいこん キャベツ ブロッコリー	378	10.9	12.0	0.8
平均					382	12.4	9.4	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。