


 メニュー表

2018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				
12日 (木)	ご飯 白身魚フライ 大豆のチリコンカン ブロッコリーサラダ	精白米 キャノーラ油 上白糖 コールスロートレッシング	白身魚フライ 大豆 豚肉 鶏肉	たまねぎ トマトソース トマトケチャップ ブロッコリー にんじん ホールコーン	356	13.8	10.0	0.6
13日 (金)	ご飯 鶏肉のバーベキューソース焼き 切干大根の煮付け 卵入りサラダ	精白米 上白糖 ごまドレッシング	鶏肉 油揚げ 枝豆 卵	トマトケチャップ 切干し大根 にんじん キャベツ 青菜	382	14.9	11.7	0.6
19日 (木)	ご飯 さばの味噌かけ 金平ごぼう 白菜の醤油マヨ和え	精白米 上白糖 キャノーラ油 マヨネーズ	さば 味噌	ごぼう にんじん はくさい ホールコーン いんげん	365	14.9	9.6	0.7
20日 (金)	カレーライス キャベツときゅうりのサラダ プチゼリー	精白米 じゃがいも キャノーラ油 カレールー めんつゆ ごま プチゼリー	豚肉 ツナ	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	424	10.1	8.7	1.5
26日 (木)	ご飯 豆腐ハンバーグ(照焼きソース) ナポリタン風スパ レタスサラダ	精白米 上白糖 片栗粉 スパゲッティ マヨネーズ	豆腐ハンバーグ ツナ	たまねぎ トマトケチャップ パセリ粉 レタス きゅうり	400	12.6	11.3	1.0
27日 (金)	ひじきご飯 赤魚の西京焼き キャベツとコーンのサラダ オレンジ	精白米 上白糖 めんつゆ シーザーサラダドレッシング	ひじき 油揚げ 鶏肉 赤魚 味噌	にんじん キャベツ 青菜 ホールコーン オレンジ	360	18.5	5.6	0.9
平均					381	14.1	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。