



 メニュー表
 

2019年05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				
8日 (水)	ご飯 鶏肉の唐揚げ おさつスティック しらす入りサラダ	精白米 片栗粉 キャノーラ油 さつまいも きび砂糖 めんつゆ	鶏肉 しらす	しょうが ブロッコリー	458	14.4	15.8	0.6
9日 (木)	豚丼 厚焼き玉子 キャベツのごま風味サラダ	精白米 三温糖 ごまドレッシング アマニ油	豚肉 卵	しょうが たまねぎ にんじん ごぼう キャベツ いんげん	475	16.1	16.0	1.4
10日 (金)	カレーライス おかか和え キャンディチーズ	精白米 じゃがいも キャノーラ油 カレー めんつゆ	豚肉 かつお節 チーズ	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	444	11.9	11.7	1.5
15日 (水)	ご飯 鶏肉の照り焼き ペンネトマトソース シーザーサラダ	精白米 三温糖 片栗粉 ペンネ きび砂糖 シーザーサラダドレッシング オリーブオイル	鶏肉 卵	たまねぎ トマトケチャップ パセリ粉 キャベツ にんじん いんげん	408	15.6	10.7	0.9
16日 (木)	炊き込み御飯 ヒレカツ コールスローサラダ オレンジ	精白米 三温糖 めんつゆ キャノーラ油 コールスロートレッシング アマニ油	鶏肉 油揚げ 枝豆 ヒレカツ	にんじん ごぼう キャベツ きゅうり オレンジ	382	12.9	10.2	0.6
17日 (金)	ご飯 さばの味噌かけ 肉じゃが もやしとコーンのサラダ	精白米 三温糖 じゃがいも キャノーラ油 マヨネーズ	さば 味噌 豚肉	たまねぎ にんじん いんげん もやし きゅうり ホールコーン	389	17.3	11.6	0.8
23日 (木)	麻婆飯 甘芋 キャロットサラダ	精白米 キャノーラ油 三温糖 片栗粉 ごま油 さつまいも きび砂糖 ごまドレッシング オリーブオイル	豆腐 豚肉 鶏肉 味噌 ツナ	たまねぎ しょうが にら にんじん いんげん	428	12.5	9.3	1.5
24日 (金)	ご飯 照り焼き肉団子 チャプチェ ブロッコリーサラダ	精白米 三温糖 片栗粉 はるさめ きび砂糖 ごま油 めんつゆ	肉団子 豚肉	にんにく たまねぎ にんじん パプリカ ブロッコリー ホールコーン	358	13.4	8.9	0.8
29日 (水)	ご飯 チキンカツ 金平にんじん キャベツの彩りサラダ	精白米 キャノーラ油 三温糖 ごま油 ごま シーザーサラダドレッシング オリーブオイル	チキンカツ 油揚げ	にんじん だいこん キャベツ きゅうり ホールコーン	359	12.6	10.1	0.7


 メニュー表
 

2019年05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				
30日 (木)	ご飯 豆腐ハンバーグ(照焼きソース) ひじきの煮付け レタスサラダ(マヨネーズ添え)	精白米 三温糖 片栗粉 キャノーラ油 マヨネーズ	豆腐ハンバーグ ひじき 油揚げ ロースハム	にんじん ホールコーン レタス	369	11.6	12.2	0.8
31日 (金)	ご飯 白身魚のパン粉焼き 大豆のチリコンカン 卵入りサラダ	精白米 パン粉 キャノーラ油 タルタルソース 三温糖 コールスロートレッシング アマニ油	ホキ 大豆 豚肉 鶏肉 卵	パセリ粉 たまねぎ トマトソース トマトケチャップ キャベツ にんじん ブロッコリー	402	19.3	13.4	0.9
平均					406	14.3	11.8	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。