

# メニュー表

2006年07月

国風第一幼稚園

日付	献立名	材料名			エネルギー
		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	Kcal
3月	ご飯 照焼きソース肉団子 高野豆腐の煮物 ほうれん草の和え物	精白米 砂糖	肉団子 高野豆腐	ほうれんそう にんじん コーン	349
4火	冷やしうどん(きつね) 春巻き ポイルブロッコリー	うどん 米ぬか油 マヨネーズ(卵使用)	油揚げ かまぼこ(卵使用) 春巻き(卵使用)	ブロッコリー わかめ	366
5水	焼鳥丼 蒸しえび団子 いんげんの和え物	精白米 サラダ油	鶏もも肉 錦糸卵 えびボール(卵使用)	さやいんげん にんじん	432
6木	ふりかけご飯 フィッシュフリッター 五目いなりはんぺん煮 キャベツのごまマヨ和え	精白米 ごま 米ぬか油 砂糖 マヨネーズ(卵使用)	フィッシュフリッター 五目いなり かつおふりかけ(卵使用)	キャベツ にんじん さやいんげん	393
7金	ご飯 和風ハンバーグ ポイルブロッコリー ポテトサラダ	精白米 じゃがいも ドレッシング(卵使用) 砂糖	ハンバーグ(卵使用)	たまねぎ ブロッコリー グリーンピース にんじん	354
10月	枝豆ご飯 蒸しシュウマイ 小松菜の和え物	精白米	シュウマイ しらす干し	こまつな えだまめ にんじん	391
11火	ご飯 鶏肉の唐揚げ ひじきの煮付け 粉ふき芋	精白米 片栗粉 じゃがいも 砂糖 米ぬか油	鶏もも肉 大豆水煮 油揚げ 卵白	ひじき グリーンピース パセリ粉	461
12水	麻婆飯 大学芋 チンゲン菜の和え物	精白米 ごま油 さつまいも サラダ油 砂糖 片栗粉	木綿豆腐 豚ひき肉 赤みそ	もやし 干しいたけ チンゲン菜 ねぎ グリーンピース	428
13木	ご飯 豚肉のオイスター炒め ほうれん草のサラダ みかん缶	精白米 ゴマドレッシング(卵使用) 砂糖 サラダ油	豚小間	ほうれんそう ピーマン キャベツ たまねぎ みかん(缶) にんじん	399
14金	具だくさんカレーライス 北海フライ 菜の花のサラダ	精白米 米ぬか油 サラダ油 じゃがいも カレールウ(卵使用) フレンチドレッシング(卵使用)	豚ひき肉 北海扇フライ(卵使用) 炒り卵	たまねぎ ケチャップ 菜の花 にんじん かぼちゃ	559
18火	菜めしご飯 さわらのみそ焼き がんも煮 白菜の和え物	精白米 砂糖	さわら がんもどき 西京みそ 赤みそ	はくさい 小松菜 にんじん 菜飯の素	415