

メニュー表

2017年07月

国風第一幼稚園

<特別保育>

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				
21日 (金)	カレーライス キャベツとハムのサラダ 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 プチゼリー	豚肉 ロースハム	たまねぎ にんじん トマトケチャップ ^o キャベツ きゅうり	445	9.7	12.5	2.0
24日 (月)	豚丼 大根サラダ 小魚	精白米 上白糖 ごまドレッシング ^o	豚肉 油揚げ 小魚	たまねぎ にんじん ごぼう しょうが だいこん 青菜	455	15.5	12.9	1.7
25日 (火)	ご飯 赤魚の煮付け 金平ごぼう ブロッコリーサラダ	精白米 上白糖 キャノーラ油 ごま マヨネーズ ^o	赤魚 豚肉 ロースハム	ごぼう にんじん ブロッコリー	345	16.4	6.8	1.5
26日 (水)	冷やしうどん 鶏肉の唐揚げ フルーツ和え	うどん めんつゆ 片栗粉 キャノーラ油	かまぼこ 卵 乾燥わかめ 鶏肉	しょうが 黄桃缶 みかん缶	359	13.3	10.1	2.8
27日 (木)	ご飯 豚肉と厚揚げのカレー煮 ウインナー玉子巻き キャベツのごま風味サラダ	精白米 上白糖 ごまドレッシング ^o	豚肉 厚揚げ ウインナー玉子巻	たまねぎ にんじん トマトケチャップ ^o キャベツ きゅうり	432	16.0	15.5	1.5
平均					407	14.2	11.6	1.9

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。