



メニュー表



2017年08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				
7日 (月)	わかめご飯 炒り鶏 ポークウインナー 卵入りサラダ	精白米 じゃがいも 上白糖 マヨネーズ	炊き込みわかめ 鶏肉 ポークウインナー 卵 枝豆	にんじん ごぼう キャベツ	395	12.4	12.8	1.6
8日 (火)	冷やしうどん 肉団子のオーロラソース キャベツのごま風味サラダ	うどん 天かす めんつゆ キャノーラ油 マヨネーズ ごまドレッシング	かまぼこ 乾燥わかめ 肉団子	トマトケチャップ キャベツ にんじん 青菜	369	11.4	13.3	3.0
9日 (水)	ご飯 白身魚フライ 金平にんじん シーザーサラダ	精白米 キャノーラ油 上白糖 ごま油 ごま シーザーサラダドレッシング	白身魚フライ 油揚げ ロースハム	にんじん だいこん ブロッコリー	342	11.6	9.2	1.2
10日 (木)	カレーライス もやしとオクラのサラダ オレンジ	精白米 じゃがいも キャノーラ油 カレールー めんつゆ	豚肉 かつお節	たまねぎ にんじん トマトケチャップ もやし ホールコーン オクラ オレンジ	450	11.0	12.8	1.9
16日 (水)	豚丼 厚焼き玉子 ブロッコリーとしらすの和え物	精白米 上白糖 めんつゆ	豚肉 卵 しらす干し	たまねぎ にんじん ごぼう しょうが ブロッコリー	441	15.5	11.6	1.8
17日 (木)	ご飯 鶏肉のハーブキューソース焼き おさつスティック 海藻入りサラダ	精白米 上白糖 さつまいも キャノーラ油 めんつゆ	鶏肉 油揚げ 乾燥わかめ	トマトケチャップ だいこん にんじん	432	14.4	12.5	0.7
18日 (金)	ご飯 ハンバーグ(ケチャップ) 高野豆腐と野菜の煮物 野菜とマカロニのサラダ	精白米 上白糖 マカロニ マヨネーズ	ハンバーグ 高野豆腐 卵 ロースハム 枝豆	トマトケチャップ にんじん 乾燥しいたけ たまねぎ キャベツ	399	14.7	9.8	1.5
21日 (月)	中華飯 蒸しシュウマイ キャンディチーズ	精白米 キャノーラ油 上白糖 片栗粉 ごま油	豚肉 しゅうまい キャンディチーズ	はくさい キャベツ にんじん たまねぎ ホールコーン	397	12.1	9.4	2.2
22日 (火)	ご飯 メンチカツ 金平ごぼう ミモザサラダ	精白米 キャノーラ油 上白糖 ごま シーザーサラダドレッシング	メンチカツ 卵	ごぼう にんじん キャベツ ブロッコリー	421	9.7	14.9	1.3
23日 (水)	ご飯 鶏肉の照り焼き ナポリタン風スパ コールスローサラダ	精白米 上白糖 片栗粉 スパゲッティ コールスロートレッシング	鶏肉 ツナ缶詰	たまねぎ トマトケチャップ パセリ粉 キャベツ にんじん ホールコーン いんげん	421	15.5	11.9	1.4
24日 (木)	ご飯 さばの味噌かけ 肉じゃが 枝豆 みかん缶	精白米 上白糖 じゃがいも キャノーラ油	さば 味噌 豚肉 枝豆	たまねぎ にんじん みかん缶	394	18.0	10.1	1.1



メニュー表



2017年08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				
25日 (金)	キーマカレー ウインナー玉子巻き キャベツのごま和え	精白米 カレー ごまドレッシング	豚肉 鶏肉 ウインナー玉子巻	たまねぎ にんじん トマトケチャップ ホールコーン キャベツ オクラ	445	12.3	13.1	2.0
28日 (月)	ご飯 すき煮 ブロッコリーとツナのサラダ プチゼリー	精白米 上白糖 マヨネーズ プチゼリー	豚肉 厚揚げ ツナ缶詰	たまねぎ にんじん ブロッコリー ホールコーン	424	15.0	13.5	1.3
29日 (火)	ご飯 白身魚のパン粉焼き 焼きじゃが芋のトマトソース もやしのサラダ	精白米 パン粉 キャノーラ油 タルタルソース じゃがいも 上白糖 めんつゆ ごま	ホキ 豚肉 鶏肉 油揚げ	パセリ粉 たまねぎ トマトソース トマトケチャップ もやし オクラ	401	18.7	10.6	1.3
30日 (水)	冷やしうどん ヒレカツ キャベツとハムのサラダ	うどん めんつゆ キャノーラ油 マヨネーズ	かまぼこ 卵 乾燥わかめ ヒレカツ ロースハム	キャベツ にんじん 青菜	351	12.3	10.2	3.1
31日 (木)	ご飯 鶏肉の香味揚げ 切干大根の煮付け 野菜の和え物	精白米 片栗粉 キャノーラ油 上白糖 めんつゆ	鶏肉 あおのり 油揚げ	しょうが 切干し大根 にんじん キャベツ きゅうり ホールコーン	408	14.7	14.9	0.9
平均					406	13.7	11.9	1.6

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。