メニュー表

2024年04月　　磯辺白百合幼稚園

日付	献立名	食材（材料）名 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	エネルギー（kcal）	たんぱく質（g）	脂質（g）	食塩相当量（g）
15日（月）	ふりかけご飯（野菜） ハンバーグ(ﾃﾞﾐﾄﾏﾄｿｰｽ) 青のりポテト キャベツとコーンのサラダ	精白米　油 野菜ふりかけ　めんつゆ ハヤシルー じゃがいも	鶏肉 豚肉 青のり	たまねぎ ｷｬﾍﾞﾂ にんじん ﾎｰﾙｺｰﾝ	421	13.4	12.3	0.6
16日（火）	焼きそば チーズ入りサラダ 青りんごゼリー	中華めん　ｱﾏﾆ油 三温糖　青りんごｾﾞﾘｰ ﾏﾖﾄﾞﾚ	豚肉 ﾁｰｽﾞ	ｷｬﾍﾞﾂ にんじん ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ	316	11.4	9.8	1.0
18日（木）	ご飯 鶏肉のねぎソース 切干大根の煮付け 白菜のサラダ	精白米　三温糖 きび砂糖　ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ ごま油　酢 片栗粉	鶏肉 油揚げ	にんにく　にんじん しょうが　いんげん ねぎ　はくさい 切干大根　きゅうり	370	15.1	10.9	0.8
19日（金）	ご飯 メンチカツ 金平にんじん キャベツとツナのサラダ	精白米　ごま油 ﾊﾟﾝ粉　めんつゆ 三温糖 ごま	鶏肉 豚肉 油揚げ ﾂﾅ	たまねぎ　ﾎｰﾙｺｰﾝ にんじん　きゅうり だいこん ｷｬﾍﾞﾂ	386	11.0	12.7	0.8
22日（月）	ケチャップライス 鶏肉の唐揚げ ブロッコリー添え オレンジ ♪お楽しみメニュー♪	精白米　油 三温糖　めんつゆ きび砂糖 片栗粉	鶏肉 豚肉	ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ　しょうが たまねぎ　にんにく にんじん　ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ﾚｰｽﾞﾝ　ｵﾚﾝｼﾞ	432	16.9	14.1	0.9
26日（金）	ご飯 トラウトサーモンの塩焼き ビーフン 野菜の醤油マヨ和え	精白米 ﾋﾞｰﾌﾝ ごま油 ﾏﾖﾄﾞﾚ	ﾄﾗｳﾄｻｰﾓﾝ 豚肉	ｷｬﾍﾞﾂ にんじん だいこん ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ	335	13.1	9.5	0.6
30日（火）	たけのこ入り炊き込みご飯 鶏肉の生姜焼き キャベツとほうれん草のサラダ オレンジ ♪旬の食材「たけのこ」メニュー♪	精白米　片栗粉 三温糖 めんつゆ きび砂糖	油揚げ 鶏肉	にんじん　ほうれん草 たけのこ　ｵﾚﾝｼﾞ しょうが ｷｬﾍﾞﾂ	370	15.2	9.8	0.7
				平均	375	13.7	11.3	0.8

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。