

メニュー表

2018年08月

磯辺白百合幼稚園

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				
2日 (木)	ご飯 鮭の塩焼き ペネトマトソース 枝豆 オレンジ	精白米 パンネ 上白糖	さけ ロースハム 枝豆	たまねぎ トマトケチャップ オレンジ	376	16.9	8.3	0.8
3日 (金)	焼鳥丼 もやしの和え物 味噌汁(玉ねぎ・油揚げ)	精白米 上白糖 めんつゆ	鶏肉 卵 のり 油揚げ 味噌	しょうが もやし にんじん きゅうり たまねぎ	459	18.8	11.9	2.0
20日 (月)	中華飯 蒸しシューマイ 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 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	1.5
21日 (火)	ご飯 鶏肉の照り焼き 高野豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーサラダ	精白米 上白糖 片栗粉 マヨネーズ	鶏肉 高野豆腐 卵 ツナ	にんじん しいたけ たまねぎ ブロッコリー	414	17.7	13.0	1.1
23日 (木)	ご飯 メンチカツ ナポリタン風スパ キャベツのサラダ	精白米 キャノーラ油 スパゲッティ 上白糖 めんつゆ ごま	メンチカツ ロースハム 枝豆	たまねぎ トマトケチャップ ホールコーン キャベツ にんじん	436	11.1	13.6	1.1
24日 (金)	キーマカレー ウインナー玉子巻き スティックきゅうり	精白米 カレー マヨネーズ	豚肉 鶏肉 ウインナー玉子巻	たまねぎ にんじん ホールコーン トマトケチャップ きゅうり	409	11.5	10.2	1.3
平均					415	14.6	11.0	1.3

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。