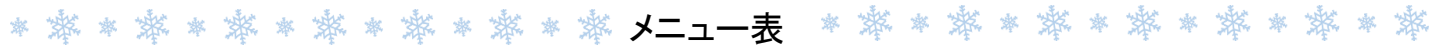


2019年12月

かおり幼稚園

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 (月)	ご飯 メンチカツ 大豆のチリコンカン 二色サラダ	精白米 キャノーラ油 三温糖 マヨレ	メンチカツ 大豆 豚肉 鶏肉	たまねぎ トマトソース トマトケチャップ グリーンピース ブロッコリー にんじん	436	12.8	16.5	0.8
3日 (火)	ご飯 さばの味噌かけ 切干大根の煮付け 白菜とほうれん草の和え物	精白米 三温糖 きび砂糖 ごま	さば 味噌 油揚げ	切干大根 にんじん はくさい ほうれん草	315	13.1	6.3	0.6
4日 (水)	中華飯 ウインナー玉子巻き りんご	精白米 キャノーラ油 三温糖 片栗粉 ごま油	豚肉 ウインナー玉子巻	キャベツ にんじん たまねぎ はくさい しいたけ トマトケチャップ りんご	403	12.4	10.4	1.3
9日 (月)	ご飯 鮭の塩焼き じゃが芋のカレー炒め 大根と水菜のサラダ	精白米 じゃがいも カレー きび砂糖 オリーブオイル 酢	さけ 豚肉 鶏肉	たまねぎ にんじん グリーンピース だいこん 切干大根 水菜	365	15.6	9.1	1.0
10日 (火)	五目うどん チキンナゲット 季節の果物【みかん】	うどん めんつゆ	豚肉 かまぼこ チキンナゲット	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ トマトケチャップ みかん	355	14.9	8.3	2.5
11日 (水) 誕生会	ご飯 豆腐ハンバーグ(照焼きソース) おさつスティック ブロッコリーとハムのサラダ プチゼリー	精白米 三温糖 片栗粉 さつまいも キャノーラ油 きび砂糖 マヨレ 酢 アマニ油 プチゼリー	豆腐ハンバーグ ロースハム	ブロッコリー キャベツ にんじん	398	10.2	8.2	0.7
12日 (木)	ご飯 鶏肉の唐揚げ 金平れんこん 青菜のお浸し	精白米 片栗粉 キャノーラ油 三温糖 ごま きび砂糖	鶏肉	しょうが れんこん にんじん 青菜	387	14.1	13.5	0.9
16日 (月)	カラフルピラフ もみの木ハンバーグ フライドポテト ブロッコリーサラダ いちごゼリー	精白米 ターメリック キャノーラ油 カレー じゃがいも マヨレ アマニ油 いちごゼリー	鶏肉 えび ハンバーグ	たまねぎ にんじん いんげん パプリカ トマトケチャップ ブロッコリー 	455	17.8	11.2	1.3
17日 (火)	豚汁 りんご	さといも	豚肉 味噌	だいこん にんじん ごぼう ねぎ りんご	98	3.7	2.7	0.7

♪お楽しみメニュー♪



メニュー表

2019年12月

かおり幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
		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)	(g)	(g)	(g)
				平均	356	12.7	9.5	1.1

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。