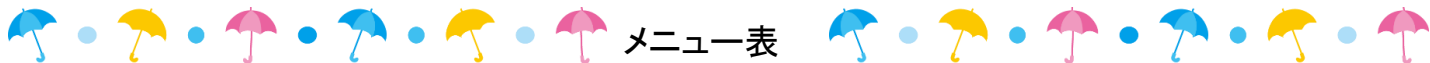


2020年06月

かおり幼稚園

メニュー表

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				
15日 (月)	ご飯 チキンハンバーグ(照焼きソース) ペネトマトソース ブロッコリーとコーンのサラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 ペンネ オリーブオイル 酢	ハンバーグ ツナ	トマトケチャップ パセリ粉 ブロッコリー ホールコーン	392	15.3	7.8	0.7
16日 (火)	ご飯 鶏肉の唐揚げ 南瓜の煮付け 野菜とマカロニのサラダ	精白米 片栗粉 キャノーラ油 きび砂糖 マカロニ マヨレ	鶏肉	しょうが かぼちゃ キャベツ きゅうり	454	15.1	15.6	0.8
17日 (水)	ご飯 肉団子バーベキューソース おさつスティック コールスローサラダ	精白米 きび砂糖 さつまいも キャノーラ油 マヨレ 酢 アマニ油	肉団子	トマトケチャップ キャベツ にんじん ほうれん草	406	11.0	11.1	0.2
18日 (木)	麻婆飯 お魚ソーセージフライ オレンジ	精白米 キャノーラ油 三温糖 片栗粉 ごま油	豆腐 豚肉 味噌 お魚ソーセージフライ	たまねぎ しょうが にら トマトケチャップ オレンジ	418	15.3	8.4	1.3
19日 (金)	カレーライス キャベツの和え物 プチゼリー	精白米 キャノーラ油 じゃがいも カレー めんつゆ プチゼリー	豚肉 枝豆	たまねぎ にんじん キャベツ	462	11.8	11.0	1.3
22日 (月)	ご飯 ハンバーグ(デミトソース) 甘芋 キャベツの彩りサラダ	精白米 ハヤシルー さつまいも キャノーラ油 きび砂糖 マヨレ	ハンバーグ	たまねぎ キャベツ ホールコーン パプリカ	389	11.0	9.9	0.5
23日 (火)	中華飯 チキンナゲット オレンジ	精白米 キャノーラ油 三温糖 片栗粉 ごま油	豚肉 チキンナゲット	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 オレンジ	420	14.9	9.8	1.3
24日 (水)	ご飯 メンチカツ 人参しりしり ブロッコリーときのこのサラダ	精白米 キャノーラ油 三温糖 ごま油 めんつゆ	メンチカツ ツナ 卵	にんじん ブロッコリー しめじ	408	11.1	13.8	0.8
25日 (木)	ごぼうと大豆の五目御飯 鶏肉の味噌焼き 大根の和え物 すまし汁(玉ねぎ・麩)	精白米 三温糖 めんつゆ ごまドレッシング 麩	鶏肉 大豆 枝豆 味噌	ごぼう にんじん しいたけ だいこん 切干大根 きゅうり たまねぎ	438	20.4	13.0	1.4
26日 (金)	ミートスパゲティ ポークウインナー キャベツと青菜のサラダ	スパゲティ キャノーラ油 きび砂糖 片栗粉 マヨレ 酢	豚肉 ミートソース ポークウインナー	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ にんじん ほうれん草	390	13.5	13.6	1.9



2020年06月

かおり幼稚園

メニュー表

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				
29日 (月)	ご飯 豚肉の生姜炒め 厚焼き玉子 ポテトサラダ	精白米 三温糖 キャノーラ油 きび砂糖 じゃがいも マヨレ アマニ油	豚肉 卵 ツナ	たまねぎ にんじん しょうが きゅうり	435	15.7	17.5	0.7
30日 (火)	ご飯 鶏肉の照り焼き 大豆のチリコンカン 大根サラダ	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 キャノーラ油 めんつゆ ごま	鶏肉 大豆 豚肉	たまねぎ トマトソース トマトケチャップ にんにく しょうが グリーンピース だいこん にんじん 切干大根 ほうれん草	398	17.3	11.4	0.8
平均					417	14.3	11.9	1.0

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。