



# メニュー表



2024年04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				
22日 (月)	カレーライス 白菜のサラダ オレンジ	精白米 じゃがいも カレー マヨネ	豚肉	たまねぎ にんじん はくさい きゅうり オレンジ 	427	9.5	10.2	1.3
23日 (火)	ご飯 豚肉のハーブキューソース炒め かぼちやのチーズ焼き 野菜のごま風味サラダ	精白米 三温糖 きび砂糖 ごまドレッシング	豚肉 チーズ	たまねぎ トマトケチャップ かぼちや だいこん にんじん ブロッコリー	452	16.4	15.3	0.7
24日 (水)	麻婆飯 甘芋 もやしのサラダ	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 さつまいも 油 きび砂糖 オリーブオイル 酢	豆腐 豚肉 味噌	たまねぎ しょうが にんにく こら もやし にんじん ほうれん草	434	13.0	8.9	1.5
25日 (木) 誕生会	ご飯 メンチカツ 金平にんじん キャベツとツナのサラダ 青りんごゼリー	精白米 パン粉 三温糖 ごま ごま油 めんつゆ 青りんごゼリー	鶏肉 豚肉 油揚げ ツナ	たまねぎ にんじん だいこん キャベツ ホールコーン きゅうり	410	11.0	12.7	0.8
26日 (金)	たけのこ入り炊き込みご飯 鶏肉の生姜焼き 野菜とマカロニのサラダ	精白米 三温糖 めんつゆ きび砂糖 片栗粉 マカロニ マヨネ	油揚げ 鶏肉 	にんじん たけのこ しょうが キャベツ きゅうり	396	15.4	12.1	0.7
♪旬の食材「たけのこ」メニュー♪ 								
30日 (火)	ご飯 ハンバーグ(照焼きソース) 大豆のチリコンカン キャベツとほうれん草のサラダ	精白米 片栗粉 三温糖 めんつゆ	鶏肉 豚肉 大豆	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 キャベツ にんじん ほうれん草	379	15.3	10.9	0.5
平均					416	13.4	11.6	0.9

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。