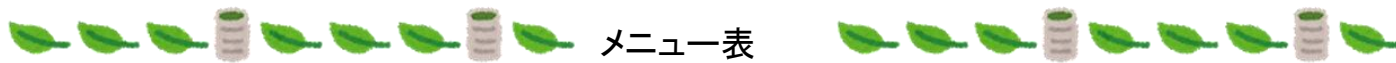


メニュー表

2025年05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				
1日 (木)	ご飯 焼肉風炒め 甘芋 野菜のマヨ和え	精白米 三温糖 さつまいも 油 きび砂糖 マヨレ	豚肉 味噌	たまねぎ にんじん キャベツ だいこん ブロッコリー	471	14.9	16.7	0.8
7日 (水)	ご飯 肉団子の甘酢あんかけ 高野豆腐と野菜の煮物 二色サラダ	精白米 きび砂糖 酢 片栗粉 三温糖 めんつゆ	鶏肉 豚肉 高野豆腐	たまねぎ トマトケチャップ にんじん いんげん ブロッコリー ホールコーン	367	13.5	8.0	0.8
9日 (金)	ご飯 チキンカツ マカロニソテー カレービーンズ	精白米 パン粉 マカロニ 油 カールウ	鶏肉 青のり 大豆 豚肉	たまねぎ にんじん グリーンピース	416	14.7	12.9	0.7
12日 (月)	ご飯 豚肉とごぼうのうま煮 厚揚げの味噌焼き 大根のおかか和え	精白米 三温糖 めんつゆ	豚肉 厚揚げ 味噌 かつお節	しょうが たまねぎ にんじん ごぼう だいこん	418	16.2	14.3	0.7
14日 (水)	ご飯 チーズハンバーグ ブロッコリー添え 和風スパゲティ	精白米 きび砂糖 マヨレ スパゲッティ 油	鶏肉 豚肉 チーズ ベーコン	たまねぎ トマトケチャップ ブロッコリー にんじん ほうれん草	401	15.4	12.5	0.8
16日 (金)	大豆ミートのキーマカレー 彩りサラダ 	精白米 カールウ ごまドレッシング きび砂糖	豚肉 大豆ミート	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー	409	11.8	6.7	1.3
19日 (月)	ご飯 メンチカツ キャベツ添え 野菜の金平	精白米 パン粉 めんつゆ 三温糖 ごま	鶏肉 豚肉	たまねぎ キャベツ にんじん ごぼう いんげん	366	9.5	11.0	0.7
20日 (火)	焼きそば ブロッコリーサラダ オレンジゼリー	中華めん 三温糖 油 マヨレ アマニ油 オレンジゼリー	豚肉	キャベツ にんじん ブロッコリー ホールコーン	342	10.9	12.3	1.0
21日 (水)	ご飯 照り焼きチキン 大豆のチリコンカン 春雨サラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 三温糖 はるさめ 酢 ごま油	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 にんじん きゅうり	411	17.4	11.6	0.7
22日 (木) 誕生会	そばろ丼 もやしのサラダ バナナ 	精白米 きび砂糖 油 三温糖 めんつゆ ごま 酢	卵 鶏肉	たまねぎ しょうが にんじん いんげん もやし きゅうり バナナ	409	15.4	9.3	0.8
23日 (金)	ご飯 さばの味噌かけ ひじきの煮付け 三色ナムル	精白米 三温糖 めんつゆ ごま油	さば 味噌 ひじき 鶏肉	にんじん だいこん ブロッコリー	319	13.5	8.1	0.4



メニュー表

2025年05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				
27日 (火)	ご飯 豚肉の生姜炒め 南瓜の煮付け キャベツの信田和え	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 めんつゆ	豚肉 油揚げ	たまねぎ にんじん しょうが かぼちゃ キャベツ	404	14.0	11.3	0.7
28日 (水)	ご飯 ハンバーグ(ケチャップソース) 青のりポテト キャロットサラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 じゃがいも 油 マヨレ アマニ油	鶏肉 豚肉 青のり ツナ 	たまねぎ トマトケチャップ にんじん いんげん	379	12.1	12.3	0.3
29日 (木)	ご飯 白身魚フライ 野菜と鶏レバーの炒め物 マカロニサラダ	精白米 パン粉 油 きび砂糖 片栗粉 マカロニ マヨレ	たら 鶏肉	にんじん もやし ニラ キャベツ	395	12.5	11.0	0.5
30日 (金)	カレーライス 野菜のごま風味サラダ	精白米 じゃがいも カレーウ めんつゆ ごま	豚肉	たまねぎ にんじん だいこん ブロッコリー	410	9.7	8.5	1.2
平均					394	13.4	11.1	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。