

メニュー表

2024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 豚肉の生姜炒め 野菜のごま風味サラダ 味噌汁(油揚げ・白菜)	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 ごまドレッシング	豚肉 油揚げ 味噌	たまねぎ にんじん しょうが だいこん ブロッコリー はくさい	426	14.8	13.0	1.1
3日 (火)	ご飯 鶏(けい)ちゃん焼き パンプキンサラダ チンゲン菜と春雨のスープ	精白米 片栗粉 マヨレ はるさめ ごま油	鶏肉 味噌	にんじん キャベツ しょうが にんにく かぼちゃ きゅうり チンゲン菜	426	14.1	10.0	1.0
 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">岐阜県の郷土料理「鶏(けい)ちゃん焼き」</div>								
9日 (月)	大豆ミートのスパゲティ ブロッコリーサラダ プチゼリー	スパゲティ 油 きび砂糖 片栗粉 めんつゆ ゼリー	大豆ミート 鶏肉 牛肉	たまねぎ にんじん トマト トマトケチャップ ブロッコリー ホールコーン	303	12.5	5.3	1.6
10日 (火)	ご飯 メンチカツ キャベツ添え ひじきの煮付け 味噌汁(油揚げ・大根)	精白米 パン粉 めんつゆ 三温糖	鶏肉 豚肉 ひじき 油揚げ 味噌	たまねぎ キャベツ パプリカ にんじん グリーンピース だいこん	429	12.7	12.8	1.4
11日 (水)	中華飯 青のりポテト 季節の果物【みかん】	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 じゃがいも 油	豚肉 青のり	キャベツ にんじん たまねぎ はくさい みかん	430	11.6	9.6	1.1
12日 (木) 誕生会	ご飯 ハンバーグ(照焼きソース) かぼちゃのチーズ焼き 白菜とほうれん草のサラダ ピーチゼリー	精白米 片栗粉 きび砂糖 油 酢 ピーチゼリー	鶏肉 豚肉 チーズ	たまねぎ かぼちゃ はくさい にんじん ほうれん草	455	15.1	11.4	0.7
13日 (金)	ご飯 鶏肉のハーベキューソース焼き 和風スパゲティ コールスローサラダ	精白米 きび砂糖 スパゲティ 油 マヨレ 酢	鶏肉 ベーコン	トマトケチャップ にんじん ほうれん草 しいたけ キャベツ きゅうり パプリカ	426	16.2	12.1	0.9
16日 (月)	カラフルピラフ 鶏肉の唐揚げ ブロッコリー添え 野菜スープ 焼きドーナツ	精白米 カレールウ きび砂糖 片栗粉 油 めんつゆ ドーナツ ミックスチョコ	鶏肉 ホイップクリーム	たまねぎ にんじん ホールコーン パプリカ いんげん トマトケチャップ しょうが にんにく ブロッコリー キャベツ	475	16.0	14.7	1.3
 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">お楽しみメニュー♪</div>								
17日 (火)	ご飯 焼肉風炒め 春雨サラダ 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	精白米 三温糖 はるさめ きび砂糖 酢 ごま油	豚肉 味噌 卵 わかめ	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	465	16.1	13.7	1.4

メニュー表

2024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				
18日 (水)	カレーライス 白菜のサラダ オレンジゼリー	精白米 じゃがいも カレールウ きび砂糖 油 酢 オレンジゼリー	豚肉	たまねぎ にんじん はくさい ほうれん草	453	9.9	9.0	1.3
19日 (木)	ご飯 照り焼きチキン 大豆のチリコンカン 彩りサラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 三温糖 めんつゆ	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 キャベツ にんじん ブロッコリー	429	18.8	11.6	0.5
平均					428	14.3	11.2	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。