



メニュー表



2025年02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				
3日 (月)	ピラフ 照り焼き肉団子 野菜のごま風味サラダ コンソメスープ(玉ねぎ・わかめ)	精白米 カレールウ 片栗粉 めんつゆ ごま	鶏肉 豚肉 わかめ	たまねぎ にんじん ホールコーン いんげん トマトケチャップ キャベツ ブロッコリー	371	12.4	6.8	1.1
4日 (火)	ご飯 白身魚フライ 大豆のチリコンカン コールスローサラダ	精白米 パン粉 油 三温糖 マヨレ きび砂糖 酢	たら 大豆 豚肉 鶏肉	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 パプリカ	424	14.0	11.9	0.4
5日 (水)	ご飯 鶏肉のハーベキューソース焼き ビーフン もやしとほうれん草のサラダ	精白米 きび砂糖 ビーフン ごま油 めんつゆ	鶏肉 豚肉	トマトケチャップ キャベツ にんじん もやし ほうれん草	425	17.7	12.0	0.8
6日 (木)	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 きゅうり	452	9.8	9.0	1.3
7日 (金)	ご飯 プルコギ 野菜とマカロニのサラダ 中華スープ(えのき・わかめ)	精白米 三温糖 マカロニ マヨレ ごま油	牛肉 味噌 わかめ	たまねぎ にんにく パプリカ ニラ キャベツ にんじん えのきたけ	417	12.9	11.5	1.1
10日 (月)	ご飯 めばるの白味噌焼き 厚揚げの煮物 パンプキンサラダ	精白米 三温糖 マヨレ	めばる 味噌 厚揚げ	かぼちゃ いんげん	367	15.5	7.5	0.5
12日 (水) 誕生会	ご飯 鶏肉の香味揚げ 金平にんじん キャベツのサラダ りんご	精白米 片栗粉 油 三温糖 ごま ごま油 マヨレ	鶏肉 青のり 油揚げ	しょうが にんにく にんじん だいこん キャベツ きゅうり パプリカ りんご 	468	15.6	16.7	0.6
13日 (木)	けんちん風うどん 甘芋 白菜とコーンのサラダ 	うどん 三温糖 めんつゆ さつまいも 油 きび砂糖 ごまドレッシング アマニ油	豚肉 油揚げ	だいこん にんじん ごぼう ねぎ はくさい ホールコーン	367	11.5	10.6	2.0



メニュー表



2025年02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				
14日 (金)	わかめご飯 チーズハンバーグ 彩りサラダ ココアプリン(ホイップ添え)	精白米 きび砂糖 めんつゆ プリン ^o の素 純ココア	わかめ 鶏肉 豚肉 チーズ ホイップクリーム	たまねぎ トマトケチャップ ^o キャベツ ブロッコリー にんじん	459	15.9	12.8	1.0
 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">バレンタインメニュー♡</div> 								
17日 (月)	ご飯 ヤンニョムチキン 青のりポテト 二色サラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 ごま じゃがいも 油 マヨネーズ	鶏肉 味噌 青のり	トマトケチャップ ^o にんにく ブロッコリー パプリカ	424	16.3	13.2	0.9
18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・玉ねぎ)	精白米 ハン粉 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 にんじん グリーンピース	430	12.7	12.8	1.4
19日 (水)	キーマカレー もやしのサラダ マスカットゼリー	精白米 カレールー きび砂糖 油 酢 マスカットゼリー	豚肉 鶏肉	たまねぎ にんじん もやし きゅうり	465	12.6	9.8	1.4
20日 (木)	ご飯 さばの塩焼き 高野豆腐と野菜の煮物 野菜のごま和え	精白米 三温糖 めんつゆ ごま	さば 高野豆腐	にんじん たまねぎ いんげん だいこん ブロッコリー	354	15.1	8.8	0.8
21日 (金)	中華飯 焼きかぼちゃ	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 油 きび砂糖	豚肉	キャベツ にんじん たまねぎ はくさい かぼちゃ	441	11.9	9.8	1.2
25日 (火)	ご飯 鶏肉の生姜焼き 人参しりしり 野菜のおかか和え	精白米 きび砂糖 片栗粉 三温糖 ごま油 めんつゆ	鶏肉 卵 かつお節	しょうが にんじん キャベツ ブロッコリー	402	16.1	9.6	0.7
26日 (水)	ご飯 ハンバーグ(ケチャップソース) カレービーンズ 野菜スープ	精白米 きび砂糖 片栗粉 カレールー	鶏肉 豚肉 大豆	たまねぎ トマトケチャップ ^o にんじん グリーンピース キャベツ	407	15.5	11.0	1.0
平均					417	14.0	10.8	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。