

★令和5年2月(前半) 河原幼稚園 献立表★



1日(水)	2日(木)	3日(金)
牛丼	三角ムスビ(おかか)	わかめごはん
さつまいも天ぷら 大根けんちん煮 ○出し巻き ○豆ちくわ煮 ○わかめれんこんごまサラダ ○フルーツ杏仁	からあげ さばつけ焼き たらこマカロニ炒め ○ツナ大根サラダ ○たい焼き	○コーンコロケ ○いわしつみれ煮 こんにゃくきんぴら 大豆ひじき煮 ○かまぼこ ヨーグルトゼリー
エネルギー：413kcal 脂 質：10.2g タンパク質：13.2g	エネルギー：410kcal 脂 質：10.8g タンパク質：18.5g	エネルギー：412kcal 脂 質：10.4g タンパク質：17.5g

6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
○俵ムスビ(おかか)	白ごはん(ホット)	炊き込みごはん	白ごはん(ホット)	三角ムスビ(さげ)
○チキン南蛮 ○タルタルソース 牛肉ごぼうしぐれ煮 ナポリタンスパゲッティ ○たこウイナー コーヤ煮	○根菜酢豚 さばつけ焼き ○ちくわ青のり揚げ 里芋煮 ○サラダビーフン マスカットゼリー	えび天ぷら なすび炒め煮 ○じゃがいもキッシュ ブロッコリー せんキャベツ ○シュークリーム	○しゅうまい カレー味麻婆豆腐 れんこん天ぷら さつまいも煮 ○コーンマカロニサラダ 中華風酢物	○メンチカツ 春雨すきやき 出し巻き ○グリルチキン コールスローサラダ チーズ りんご
エネルギー：413kcal 脂 質：12.9g タンパク質：15.1g	エネルギー：426kcal 脂 質：9.2g タンパク質：14.7g	エネルギー：416kcal 脂 質：8.9g タンパク質：16.2g	エネルギー：425kcal 脂 質：10.3g タンパク質：14.7g	エネルギー：412kcal 脂 質：11.9g タンパク質：13.5g

○印・・・卵を含むもの