## ☆令和7年10月(後半) 河原幼稚園 献立表☆



〇印・・・ 卵を含むもの

16日(木)	17日(金)
えび天ムスビ	白ごはん
○チキンカツ ○炒り豆腐 里芋煮 ○マカロニサラダ フルーツ寒天	からあげ 焼きそば 〇ツナ大根サラダ 〇平天煮 ブロッコリー 大福
エネルギー: 420kca 脂 質: 10.6g タンパク質: 15.9g	エネルギー: 422kcal 脂 質: 10.2g タンパク質: 16.7g

20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
三角ムスビ(こんぶ)	白ごはん	炊き込みごはん	かんぴょう巻き	○俵ムスビ(ふりかけ)
〇白身フライ	Oヒレカツ	〇ちくわ磯辺揚げ	〇メンチカツ	Oえびフライ
〇たれ付き肉だんご	さば塩焼き	豚バラ大根煮	Oオムレツ	○ハンバーグケチャップ
カレービーフン	筑前煮	○つくね串	きんぴらごぼう	春雨炒め
〇ブロッコリーポテトサラダ		0ロースハム	〇ベーコンポテトサラダ	切り干し大根煮
コーヤ煮	Oかまぼこ	せんキャベツ	ブロッコリー	ブロッコリー
<u> </u>	ゼリー	<u> </u>	チーズ	黄桃
エネルギー: 429kca	エネルギー: 425kcal	エネルギー: 424kca	エネルギー: 425kcal	エネルギー: 421kcal
脂 質:6.4g	脂 質: 9.8g	脂 質: 10.5g	脂質:10.1g	脂 質:8.7g
タンパク質:15.3g	タンパク質:18.6g	タンパク質:18.2g	タンパク質:15.0g	タンパク質:15.0g
27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
27日(月) 三角ムスビ(わかめ)	28日(火) 白ごはん	29日(水) 鮭弁	三角ムスビ(おかか)	31日(金) 三角ムスビ(菜飯)
<u>三角ムスビ(わかめ)</u> ○根菜酢豚	<u>白ごはん</u> ○チキン南蛮	<u>鮭弁</u> 手羽元山賊風煮	<u>三角ムスビ(おかか)</u> 〇あじフライ	<u>三角ムスビ(菜飯)</u> 〇つくね串
三角ムスビ(わかめ) ○根菜酢豚 ○春巻き	<u>白ごはん</u> ○チキン南蛮 ○タルタルソース	<u>鮭弁</u> 手羽元山賊風煮 春雨すきやき	<u>三角ムスピ(おかか)</u> ○あじフライ チキンステーキ	<u>三角ムスピ(菜飯)</u> 〇つくね串 れんこんきんぴら
<u>三角ムスビ(わかめ)</u> ○根菜酢豚 ○春巻き さつまいも煮	白ごはん ○チキン南蛮 ○タルタルソース ナポリタンスパゲッティ	<u>鮭弁</u> 手羽元山賊風煮 春雨すきやき ハス煮	<u>三角ムスビ(おかか)</u> 〇あじフライ チキンステーキ ガパオ	三角ムスビ(菜飯) 〇つくね串 れんこんきんぴら 〇パンプキンキッシュ
<u>三角ムスビ(わかめ)</u> ○根菜酢豚 ○春巻き さつまいも煮 ○サラダビーフン	白ごはん 〇チキン南蛮 〇タルタルソース ナポリタンスパゲッティ たけのこひじき煮	<u>鮭弁</u> 手羽元山賊風煮 春雨すきやき ハス煮 〇ポテトサラダ	三角ムスビ(おかか) ○あじフライ チキンステーキ ガパオ パッタイ	三角ムスピ(菜飯) ○つくね串 れんこんきんぴら ○パンプキンキッシュ ○ポテトマカロニサラダ
<u>三角ムスビ(わかめ)</u> ○根菜酢豚 ○春巻き さつまいも煮	白ごはん ○チキン南蛮 ○タルタルソース ナポリタンスパゲッティ たけのこひじき煮 ○たこウインナー	<u>鮭弁</u> 手羽元山賊風煮 春雨すきやき ハス煮 〇ポテトサラダ ブロッコリー	三角ムスピ(おかか) ○あじフライ チキンステーキ ガパオ パッタイ うぐいす豆	三角ムスビ(菜飯) 〇つくね串 れんこんきんぴら 〇パンプキンキッシュ
三角ムスビ(わかめ) 〇根菜酢豚 〇春巻き さつまいも煮 〇サラダビーフン りんご	白ごはん 〇チキン南蛮 〇タルタルソース ナポリタンスパゲッティ たけのこひじき煮 〇たこウインナー ゼリー	<u>鮭弁</u> 手羽元山賊風煮 春雨すきやき ハス煮 〇ポテトサラダ ブロッコリー ドーナツビスケット	三角ムスピ(おかか) ○あじフライ チキンステーキ ガパオ パッタイ うぐいす豆 ゼリー	三角ムスビ(菜飯)
<u>三角ムスビ(わかめ)</u> ○根菜酢豚 ○春巻き さつまいも煮 ○サラダビーフン りんご エネルギー: 423kca	白ごはん 〇チキン南蛮 〇タルタルソース ナポリタンスパゲッティ たけのこひじき煮 〇たこウインナー ゼリー エネルギー: 430kcal	鮭弁 手羽元山賊風煮 春雨すきやき ハス煮 〇ポテトサラダ ブロッコリー ドーナツビスケット エネルギー: 427kca	三角ムスピ(おかか) ○あじフライ チキンステーキ ガパオ パッタイ うぐいす豆 ゼリー エネルギー: 424kcal	三角ムスビ(菜飯)
三角ムスビ(わかめ) ○根菜酢豚 ○春巻き さつまいも煮 ○サラダビーフン りんご	白ごはん 〇チキン南蛮 〇タルタルソース ナポリタンスパゲッティ たけのこひじき煮 〇たこウインナー ゼリー	<u>鮭弁</u> 手羽元山賊風煮 春雨すきやき ハス煮 〇ポテトサラダ ブロッコリー ドーナツビスケット	三角ムスピ(おかか) ○あじフライ チキンステーキ ガパオ パッタイ うぐいす豆 ゼリー	三角ムスビ(菜飯)

