

2022年




6月



相模原みどり幼稚園様メニュー



火			木		
			2日		
			ごはん メンチカツ キャベツのいためもの シューマイ フルーツ		
			エネルギー	たんぱく質	塩分
7日			9日		
こんぶごはん テリヤキハンバーグ やさいソテー あつゆきたまご フルーツ			ごはん バターしょうゆチキン こまつなのそぼろいため トマトマカロニ ゼリー		
エネルギー	たんぱく質	塩分	エネルギー	たんぱく質	塩分
424kcal	11.2g	2.1g	398kcal	12.8g	1.5g
14日			16日		
なめし エビカツ キャベツとコーンのソテー ウィンナーソーセージ フルーツ			たまごふりかけごはん しろみさかなのごまてりやき こまつなのそぼろいため かぼちゃに フルーツ		
エネルギー	たんぱく質	塩分	エネルギー	たんぱく質	塩分
376kcal	10.0g	2.0g	359kcal	12.1g	1.2g
21日			23日		
ごはん チーズインハンバーグ チンゲンさいソテー ジャーマンポテト フルーツ			ごはん やきにくふう ペンネサラダ だいがくいも フルーツ		
エネルギー	たんぱく質	塩分	エネルギー	たんぱく質	塩分
427kcal	11.7g	1.6g	455kcal	10.2g	1.2g
28日			30日		
たまごふりかけごはん ハムカツ ナポリタン あおなとツナのいためもの フルーツ			ごはん ぶたのしょうがやき キャベツのパスタ ちゅうかはるまき フルーツ		
エネルギー	たんぱく質	塩分	エネルギー	たんぱく質	塩分
438kcal	10.4g	1.8g	458kcal	12.4g	1.3g