

2022年



相模原みどり幼稚園様メニュー



火			木		
3日			5日		
10日			12日		
かつおふりかけごはん やさいコロッケ キャベツとコーンのソテー ウィンナーソーセージ ゼリー			ごはん ハンバーグ こまつなのそばろいため かぼちゃに パイナップルかん		
エネルギー	たんぱく質	塩分	エネルギー	たんぱく質	塩分
377kcal	8.9g	1.5g	396kcal	10.3g	1.2g
17日			19日		
こんぶごはん あまからとりからあげ チンゲンさいソテー ジャーマンポテト おうとうかん			なめし カレーコロッケ ハムソテー だいこんサラダ みかんかん		
エネルギー	たんぱく質	塩分	エネルギー	たんぱく質	塩分
467kcal	13.1g	2.0g	453kcal	8.5g	2.3g
24日			26日		
ゆかりごはん ハンバーグデミソース ナポリタン あおなとツナのいためもの パイナップルかん			かつおふりかけごはん とりのからあげ インゲンソテー ポテトサラダ はくとうかん		
エネルギー	たんぱく質	塩分	エネルギー	たんぱく質	塩分
437kcal	11.1g	2.6g	458kcal	12.6g	1.1g
31日					
わかめごはん ポークチャップ チンゲンさいのバターソテー カボチャサラダ みかんかん					
エネルギー	たんぱく質	塩分			
411kcal	11.2g	2.4g			

