

献立表

12月	自家製 豚肉の生姜焼き		エネルギー	320.87kcal
2日	豚肉の生姜焼	ちくわの磯辺揚げ	蛋白質	10.08g
(月)		ポテトのオーロラサラダ	脂質	10.37g
		白菜とツナの煮付	炭水化物	50.35g
	隠元のゴマ和え	おにぎり(白)	食塩相当量	1.48g
12月	自家製 若鶏の照り焼き		エネルギー	339.70kcal
3日	若鶏の照り焼き	さつまいもの天ぷら	蛋白質	11.67g
(火)	キャベツの煮付	野菜のナムル(ゴマ入り)	脂質	10.66g
		大根とうす揚げの煮付	炭水化物	52.48g
	缶みかん	おにぎり(白)	食塩相当量	1.12g
12月	自家製 白身魚のフライ		エネルギー	323.93kcal
5日	白身魚のフライ		蛋白質	10.96g
(木)	スパゲティとウィンナーのサラダ	豚じゃが	脂質	10.19g
		小松菜とかまぼこの煮付	炭水化物	50.59g
	Ca・鉄入りチーズ	おにぎり(白)	食塩相当量	0.92g
12月	チンジャオロース&春巻き		エネルギー	408.20kcal
6日	チンジャオロース・	春巻き50g1/2	蛋白質	9.78g
(金)		春雨サラダ(カニフレーク入り)	脂質	18.14g
		一口がんも(がんもどき)	炭水化物	59.05g
	白花豆	おにぎり(白)	食塩相当量	1.32g
12月	ハンバーグの照り焼きソースがけ		エネルギー	369.70kcal
12日	ハンバーグの照り焼きソースがけ	ミックスベジタブルと玉葱のかき揚げ	蛋白質	9.76g
(木)	ブロッコリーのコンソメ煮	マカロニサラダ	脂質	11.28g
		白菜と豚肉の煮付	炭水化物	59.00g
	金時まめ	おにぎり(白)	食塩相当量	1.05g
12月	カレーライス		エネルギー	508.65kcal
13日	カレーライス(ポーク)		蛋白質	10.57g
(金)			脂質	15.41g
			炭水化物	87.21g
			食塩相当量	2.51g

千里丘学園幼稚園

製造者 株式会社 とうはん

〒567-0853 大阪府茨木市宮島3丁目2番8号

TEL. 072-635-8189 / FAX.072-636-5840

◆ 合成保存料を使用致しておりません。 仕入の都合により多少変更する場合があります。

献立表

12月	自家製 白身魚の磯辺揚げ		エネルギー	306.13kcal
16日 (月)	白身魚の磯辺揚げ キャベツのゴマ和え 出し巻(1/20)	焼売(グリーンピース入り) チャプチェ(春雨と挽き肉のゴマ風味) りんご(1/16) おにぎり(白)	蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量	10.11g 8.11g 47.84g 0.54g
12月	自家製 若鶏の唐揚げ (クリスマスメニュー)		エネルギー	499.02kcal
17日 (火)	ポテトサラダ 焼きビーフン ブロッコリーの塩ボイル	ミニハンバーグ(照り焼きソース和え) 若鶏の唐揚げ30g もっちーな(イチゴ) チキンライス	蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量	14.75g 20.52g 69.05g 1.93g
12月	自家製 すき焼き		エネルギー	375.51kcal
19日 (木)	すき焼き・ 焼豆腐1/10 にんじんしりしり	隠元とツナのサラダ・ はちみつ大学芋(ゴマつき) おにぎり(白)	蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量	9.82g 12.77g 57.47g 1.71g

千里丘学園幼稚園

製造者 株式会社 とうはん

〒567-0853 大阪府茨木市宮島3丁目2番8号

TEL. 072-635-8189 / FAX.072-636-5840

◆ 合成保存料を使用致しておりません。 仕入の都合により多少変更する場合があります。