

★令和6年11月(後半) 河原幼稚園 献立表★

18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)
○ホットケーキ	○俵ムスビ(ふりかけ)	きのこごはん	三角ムスビ(こんし)	白ごはん
さつまいも天ぷら カレー春雨 ○磯辺さつま煮 ○カニ入れんこんサラダ クリームシチュー ゼリー	○チキン南蛮 ○タルタルソース スパゲッティナポリタン ○ウインナー 白菜キャベツナムル チーズ	えびかき揚げ ○つくね串 ひじき五目煮 ○コーンポテトマカロニサラダ パイン缶	○メンチカツ ○えび入りロールキャベツ煮 マーボー大根 ○鮭明太サラダビーフン炒め オレンジ	からあげ 赤魚つけ焼き きんぴらごぼう ○ポテトサラダ ブロッコリー ○ドーナツ
エネルギー：421kcal 脂 質：8.1g タンパク質：15.8g	エネルギー：408kcal 脂 質：10.9g タンパク質：15.4g	エネルギー：430kcal 脂 質：9.2g タンパク質：15.8g	エネルギー：405kcal 脂 質：9.4g タンパク質：16.0g	エネルギー：410kcal 脂 質：8.5g タンパク質：17.8g

25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
えび天ムスビ	○白ごはん(ふりかけ)	炊き込みごはん	三角ムスビ(さけ)	白ごはん
豚肉なす煮 ○ほうれん草チーズオムレツ コーンスパゲッティ炒め さつまいも煮 コーヤ煮 ヨーグルトゼリー	チキンステーキ ○酢豚 ○チーズ餃子 高菜ビーフン炒め ブロッコリー みかん缶	○あじフライ ○ケチャップハンバーグ ○ウインナー ひじき煮 春雨酢物 ○ショコラプチケーキ	○ハムカツ 焼きそば 五目巾着煮 ○蒸し鶏アスパラサラダ ゼリー	○油淋鶏 プルコギ さばつけ焼き ○サラダビーフン ○ロースハム ドーナツビスケット
エネルギー：420kcal 脂 質：9.3g タンパク質：18.7g	エネルギー：425kcal 脂 質：9.2g タンパク質：17.1g	エネルギー：425kcal 脂 質：10.2g タンパク質：16.1g	エネルギー：420kcal 脂 質：10.5g タンパク質：16.1g	エネルギー：417kcal 脂 質：10.8g タンパク質：15.5g



○印・・・卵を含むもの

お米は県内産のものを使用しておりますので、
安心してお召し上がりください。

