

# 献立表

1月 14日 (火)	自家製 ポーク焼肉		エネルギー 325.08kcal 蛋白質 10.66g 脂質 8.49g 炭水化物 54.14g 食塩相当量 1.53g
	ポーク焼肉	ちくわの磯辺揚げ れんこんと鶏肉の煮物 ブロッコリーと人参のドレッシング和え	
	缶パン	わかめごはん	
1月 16日 (木)	自家製 白身魚のフライ		エネルギー 349.37kcal 蛋白質 10.24g 脂質 10.50g 炭水化物 56.09g 食塩相当量 1.52g
	白身魚のフライ		
	マカロニとウィンナーのサラダ	八宝菜 南瓜の甘辛煮	
	ほうれん草とコーンの煮付け	おにぎり(白)	
1月 17日 (金)	自家製 タンドリーチキン		エネルギー 398.07kcal 蛋白質 14.19g 脂質 14.57g 炭水化物 55.53g 食塩相当量 1.37g
	タンドリーチキン	昔ながらのコロッケ(プレーン) 焼きうどん(醤油味) 大きな肉団子の和風煮	
	小松菜のおひたし	おにぎり(白)	
1月 20日 (月)	自家製 一口とんかつ		エネルギー 361.27kcal 蛋白質 8.78g 脂質 13.46g 炭水化物 53.91g 食塩相当量 1.15g
	一口とんかつ(とんかつソース)	焼売(グリーンピース入り) れんこんの金平 キャベツと人参のマヨネーズ和え	
	コーンの煮付	おにぎり(白)	
1月 21日 (火)	チンジャオロースー&春巻き		エネルギー 336.21kcal 蛋白質 8.87g 脂質 12.07g 炭水化物 57.72g 食塩相当量 1.04g
	チンジャオロース・	春巻き50g1/2 鶏じゃが 小松菜とかまぼこの煮付	
	一口ゼリー	おにぎり(白)	
1月 23日 (木)	エビカツ		エネルギー 318.09kcal 蛋白質 7.99g 脂質 6.58g 炭水化物 59.12g 食塩相当量 1.51g
	エビカツ30g	焼きいも 麻婆春雨 白菜とうす揚げの煮付	
	にんじんしりしり	おにぎり(白)	

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

1月 24日 (金)	カレーライス		エネルギー	392.96kcal	
	カレーライス(チキン)		蛋白質	8.40g	
			脂質	10.98g	
			炭水化物	69.19g	
			食塩相当量	2.28g	
1月 27日 (月)	自家製 鯖のカレー風味竜田揚げ			エネルギー	315.14kcal
	鯖のカレー風味竜田揚げ	マッシュポテトフライ(焼き)	蛋白質	9.66g	
	ブロッコリーのコンソメ煮	野菜のナムル(ゴマ入り)	脂質	10.65g	
		ちくわの煮付1/8	炭水化物	45.44g	
	缶みかん	おにぎり(白)	食塩相当量	0.86g	
1月 28日 (火)	自家製 すきやき		エネルギー	336.79kcal	
	すき焼き・		蛋白質	10.46g	
	焼豆腐1/10	コーンとお魚ソーセージのかき揚げ	脂質	7.77g	
		南瓜のそぼろ煮	炭水化物	59.76g	
	隠元の煮付	おにぎり(白)	食塩相当量	1.63g	
1月 30日 (木)	自家製 豚肉と玉葱の甘辛炒め煮		エネルギー	342.38kcal	
	豚肉と玉葱の甘辛炒め煮	さつまいもの天ぷら	蛋白質	9.58g	
		もやしとハムとコーンの中華風サ	脂質	9.37g	
		キャベツとツナの煮付	炭水化物	57.97g	
	黄桃	おにぎり(白)	食塩相当量	1.28g	
1月 31日 (金)	ハンバーグの照り焼きソースがけ		エネルギー	364.80kcal	
	ハンバーグの照り焼きソースがけ	人参のグラッセ	蛋白質	8.94g	
	フレンチポテト2本	れんこんのサラダ	脂質	12.06g	
		大根と豚肉の煮物	炭水化物	53.27g	
	ほうれん草のおひたし	おにぎり(白)	食塩相当量	1.61g	

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。