

# 献立表

1月 13日 (火)	自家製 ポーク焼肉		エネルギー 357.48kcal
	ポーク焼肉	ちくわの磯辺揚げ レンコンとツナのサラダ ほうれん草とコーンの煮付け おにぎり(白)	蛋白質 10.14g 脂質 12.87g 炭水化物 51.36g 食塩相当量 1.31g
	缶みかん		
1月 15日 (木)	自家製 白身魚フライ		エネルギー 329.12kcal
	白身魚のフライ		蛋白質 9.73g 脂質 9.48g
	マカロニとウィンナーのサラダ	八宝菜(オイスターソース入り) 南瓜の甘辛煮 おにぎり(白)	炭水化物 54.52g 食塩相当量 0.98g
	ブロッコリーのゴマ和え		
1月 16日 (金)	カレーライス		エネルギー 427.52kcal
	カレーライス(ポーク)		蛋白質 9.36g 脂質 11.19g 炭水化物 76.64g 食塩相当量 2.26g
1月 19日 (月)	自家製 一口とんかつ		エネルギー 350.41kcal
	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 キャベツとハムのサラダ(人参入り)・ おにぎり(白)	蛋白質 9.15g 脂質 12.43g 炭水化物 52.88g 食塩相当量 1.72g
	コーンの煮付け		
1月 20日 (火)	自家製 チンジャオロース		エネルギー 303.84kcal
	チンジャオロース(オイスターソース入)	春巻き50g1/2 小松菜とかまぼこの煮付け 一口ゼリー おにぎり(白)	蛋白質 8.79g 脂質 10.76g 炭水化物 51.60g 食塩相当量 0.75g
	高野豆腐のサイコロ煮		
1月 22日 (木)	メンチカツ		エネルギー 342.74kcal
	メンチカツ35g	焼きかぼちゃ 麻婆春雨 白菜とうす揚げの煮つけ おにぎり(白)	蛋白質 8.49g 脂質 9.85g 炭水化物 58.12g 食塩相当量 1.55g
	にんじんしりしり		

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 23日 (金)	ハンバーグ照り焼きソース		エネルギー	356.70kcal
	ハンバーグの照り焼きソースがけ フレンチポテト2本 黄桃	人参のグラッセ 隠元とツナのサラダ 大根と豚肉の煮物 おにぎり(白)	蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量	8.74g 12.35g 50.75g 1.17g
1月 26日 (月)	自家製 とり天		エネルギー	316.12kcal
	とり天 焼きビーフン 缶みかん	ほうれん草のナムル(ゴマ入り) ちくわの金平 わかめごはん	蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量	9.69g 11.33g 46.37g 0.69g
1月 27日 (火)	すき焼き		エネルギー	335.41kcal
	すき焼き ブロッコリーと人参のドレッシング和	焼豆腐1/10 コーンとお魚ソーセージのかき揚げ さつまいもの醤油煮 おにぎり(白)	蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量	9.79g 7.87g 59.74g 1.63g
1月 29日 (木)	自家製 豚肉のケチャップ炒め		エネルギー	350.36kcal
	豚肉のケチャップ炒め 缶パイン	野菜コロッケ30g もやしとパプリカの炒め物 キャベツとツナの煮付 おにぎり(白)	蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量	9.18g 13.07g 52.49g 1.61g
1月 30日 (金)	自家製 若鶏の唐揚げ		エネルギー	342.06kcal
	若鶏の唐揚 たこ形ウインナー(ソーセージ) 出し巻(1/20)	ブロッコリーのコンソメ煮 ひじきとコーンのサラダ チンゲン菜の中華煮 おにぎり(白)	蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量	10.85g 14.57g 44.24g 1.51g

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。