

メニュー表

2018年08月

香里ヌヴェール学院小学校

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					
28日 (火)	ご飯 鶏肉の唐揚げ 切干大根の煮付け ミモザサラダ 味噌汁(キャベツ・麩)	精白米 片栗粉 キャノーラ油 上白糖 マヨネーズ 麩	鶏肉 油揚げ 卵 味噌	しょうが 切干し大根 にんじん ブロッコリー キャベツ	577	19.0	22.7	1.7	
30日 (木)	中華飯 蒸しシュウマイ 梨	精白米 キャノーラ油 上白糖 片栗粉 ごま油	豚肉 うずら卵 しゅうまい	はくさい キャベツ にんじん たまねぎ ホールコーン なし	523	14.9	11.5	1.9	
31日 (金)	ご飯 肉団子バーベキューソース 金平ごぼう 彩りサラダ 味噌汁(玉ねぎ・油揚げ)	精白米 上白糖 キャノーラ油 野菜ドレッシング	肉団子 ツナ 油揚げ 味噌	トマトケチャップ ごぼう にんじん キャベツ パプリカ いんげん たまねぎ	478	15.7	11.6	1.7	
平均					低	452	14.2	13.1	1.5
					中	526	16.5	15.2	1.8
					高	673	21.1	19.5	1.8

※メニュー表の栄養価は中学年分を表記しております。
 ※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。