

[キッズキッチン]

<献立種類 1>

(2007年 9月11日~2007年 9月15日)

献立表

栄養士

	9月11日 (火)	9月12日 (水)	9月13日 (木)	9月14日 (金)	9月15日 (土)
昼食	米飯180g かき玉汁 サケのちゃんちゃん焼 煮物 (かぼちゃ)	米飯180g 味噌汁 (大根) 手羽元と卵のさっぱり ツナサラダ			栗ごはん 味噌汁 (わかめ・なめ) 里芋のコロッケ 蒸しなすそぼろかけ
	エネルギー - 586kcal 蛋白質 33.2g 脂質 12.0g カルシウム 65mg ナトリウム 1118mg	エネルギー - 706kcal 蛋白質 31.2g 脂質 28.8g カルシウム 96mg ナトリウム 1461mg			エネルギー - 747kcal 蛋白質 21.4g 脂質 14.3g カルシウム 153mg ナトリウム 1653mg
3時	かぼちゃクッキー	チョコパウンドケーキ			あずきミルクせりー
	エネルギー - 210kcal 蛋白質 2.7g 脂質 9.0g カルシウム 12mg ナトリウム 83mg	エネルギー - 234kcal 蛋白質 3.3g 脂質 13.0g カルシウム 47mg ナトリウム 133mg			エネルギー - 168kcal 蛋白質 6.7g 脂質 3.8g カルシウム 116mg ナトリウム 73mg