

[キッズキッチン]

<献立種類 1>

(2007年 9月18日~2007年 9月22日)

献立表

栄養士

	9月18日 (火)	9月19日 (水)	9月20日 (木)	9月21日 (金)	9月22日 (土)
昼食	バターライス 大根のコンソメスープ 鶏肉トマト煮 カラフル豆サラダ	米飯180g 豚汁 サンマの蒲焼き 小松菜の卵とじ			きつねうどん ささみと豆腐のサラダ ほうれん草のごまマヨ
	エネルギー - 807kcal 蛋白質 25.0g 脂質 29.9g カルシウム 124mg ナトリウム 2712mg	エネルギー - 739kcal 蛋白質 27.9g 脂質 24.6g カルシウム 160mg ナトリウム 1343mg			エネルギー - 498kcal 蛋白質 20.0g 脂質 12.3g カルシウム 177mg ナトリウム 1943mg
3時	スイートポテト	ポテトチップス			おはぎ
	エネルギー - 144kcal 蛋白質 1.6g 脂質 6.1g カルシウム 35mg ナトリウム 44mg	エネルギー - 76kcal 蛋白質 0.8g 脂質 4.1g カルシウム 2mg ナトリウム 1mg			エネルギー - 554kcal 蛋白質 13.0g 脂質 1.6g カルシウム 34mg ナトリウム 313mg