

献立表

[キッズキッチン]

<献立種類 1>

(2007年10月 9日~2007年10月13日)

栄養士

	10月 9日 (火)	10月10日 (水)	10月11日 (木)	10月12日 (金)	10月13日 (土)
昼食	米飯180g 味噌汁 (キャベツ) 揚げ丸餃子 れんこんサラダ	米飯180g 味噌汁 (大根) タラのピカタ 五色酢の物			きのこピラフ さつま芋のポタージュ スパイシーミートボー
	エネルギー - 646kcal 蛋白質 23.3g 脂質 22.0g カルシウム 139mg ナトリウム 1426mg	エネルギー - 577kcal 蛋白質 30.7g 脂質 10.8g カルシウム 113mg ナトリウム 1389mg			エネルギー - 726kcal 蛋白質 24.9g 脂質 26.3g カルシウム 151mg ナトリウム 1786mg
3時	マドレーヌ	手作りおまんじゅう			バナナオムレツケーキ
	エネルギー - 195kcal 蛋白質 3.6g 脂質 10.4g カルシウム 15mg ナトリウム 103mg	エネルギー - 183kcal 蛋白質 3.0g 脂質 0.5g カルシウム 56mg ナトリウム 172mg			エネルギー - 217kcal 蛋白質 3.2g 脂質 10.8g カルシウム 23mg ナトリウム 25mg