

献立表

[キッズキッチン]

<献立種類 1>

(2008年 1月23日~2008年 1月26日)

栄養士

	1月23日 (水)	1月24日 (木)	1月25日 (金)	1月26日 (土)	
昼食	米飯180g 味噌汁 (わかめ) 焼きぎょうざ きんぴらごぼう			いなり寿司 (三角) のっぺい汁 豚と野菜のキムチ煮	
	エネルギー - 625kcal 蛋白質 17.3g 脂質 16.5g カルシウム 112mg 鉄 2.7mg 食塩 3.0g			エネルギー - 663kcal 蛋白質 23.3g 脂質 20.8g カルシウム 171mg 鉄 3.4mg 食塩 4.7g	
3時	チョコチップクッキー			チョコチップのマフィ	
	エネルギー - 222kcal 蛋白質 2.8g 脂質 10.3g カルシウム 19mg 鉄 0.3mg 食塩 0.2g			エネルギー - 247kcal 蛋白質 4.0g 脂質 11.2g カルシウム 50mg 鉄 0.4mg 食塩 0.4g	