

[キッズキッチン]

<献立種類 1>

(2008年 6月11日~2008年 6月14日)

献立表

栄養士

	6月11日 (水)	6月12日 (木)	6月13日 (金)	6月14日 (土)	
昼食	カリカリじゃこ梅ご飯 玉ねぎの味噌汁 鶏むね肉の天ぷら 小松菜ごまよごし			菜飯 絹さやのみそ汁 豚肉のカリカリ揚げ キャベツの蒸し焼き	
	エネルギー - 668kcal 蛋白質 28.3g 脂質 22.0g カルシウム 391mg 鉄 5.0mg 食塩 5.0g			エネルギー - 694kcal 蛋白質 28.7g 脂質 26.5g カルシウム 174mg 鉄 3.3mg 食塩 5.6g	
3時	フルーツポンチ			オレンジゼリー	
	エネルギー - 102kcal 蛋白質 0.4g 脂質 0.0g カルシウム 6mg 鉄 0.2mg 食塩 0.0g			エネルギー - 131kcal 蛋白質 2.6g 脂質 0.1g カルシウム 6mg 鉄 0.3mg 食塩 0.0g	