

予定(実施)献立表

(1～2歳児用)

鶏の竜田揚げ マカロニサラダ トマト

	献立名	材料名	一人あたり			備考
			純使用量(g)	熱量(cal)	たん白質(g)	
主食	豆 ご は ん	米	40	142.4	2.4	
		グリーンピース	8	7.8	0.4	
		塩	0.5	0.0	0.0	
		小計		150.2	2.9	
副食	鶏 の 竜 田 揚 げ マ カ ロ ニ サ ラ ダ ト マ ト	鶏もも肉	36	91.1	6.2	
		生姜	1	0.3	0.0	
		しょうゆ	2	1.4	0.2	
		酒	1	2.1	0.1	
		片栗粉	3.5	11.6	0.0	
		油	3.5	32.2	0.0	
		マカロニ	5	18.9	0.7	
		きゅうり	12	1.7	0.1	
		玉ねぎ	3	1.1	0.0	
		人参	8	3.0	0.0	
		ホールコーン缶	4	3.3	0.1	
		卵	8	12.1	1.0	
		酢	2.5	0.6	0.0	
		油	2.5	23.0	0.0	
		塩	0.2	0.0	0.0	
		こしょう	0.01	0.0	0.0	
		砂糖	1	3.8	0.0	
		ミニトマト	15	4.4	0.2	
オレンジ	30	11.7	0.3			
小計		222.3	8.9			
間食	1 0 時	牛乳	90	60.3	3.0	
		菓子	8	37.2	0.5	
	1 5 時	牛乳	90	60.3	3.0	
		手作りおやつ		0.0	0.0	
	小計		157.8	6.4		
	合計		530.3	18.2		

補記：上記使用量は1～2歳児用ですので、幼児は分量が多くなります