

4月メニュー

栄養成分(1人分あたり)

cooking

メニュー名	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	食塩相当量(g)
さやいんげんとパプリカの肉巻き	107	3.6	7.6	5.0	0.5
ごはん	97	1.7	0.3	21.0	0.0
キャベツのゆかり和え	8	0.3	0.1	1.8	0.1
海苔の佃煮(持ち帰りあり)	58	2.9	0.2	11.4	1.8
お麩のお吸い物	4	0.3	0.1	0.5	0.3

science

メニュー名	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	食塩相当量(g)
フレンチトースト～手作りバターとベリーソース～	202	4.8	11.5	19.6	0.5

使用食材リスト

■キッズ+cooking

《さやいんげんとパプリカの肉巻き／ごはん
キャベツのゆかり和え／海苔の佃煮(持ち帰りあり)
お麩のお吸い物》

豚バラ薄切り肉
さやいんげん
塩
赤パプリカ
黄パプリカ
砂糖
しょうゆ
みりん
米
キャベツ
ゆかり(乾燥)
酢
焼き海苔
和風だしの素(かつお)
酒
手まり麩

■キッズ+science

《実験①生クリームの分離
／フレンチトースト～手作りバターと
ベリーソース～》

生クリーム
フランスパン(バゲット)
卵
牛乳
砂糖
塩
いちご
フランボワーズ(ラズベリー)(冷凍)
ブルーベリー(冷凍)
レモンの果汁
セルフィーユ(チャービル)