



給食献立表

令和元年度 静岡なかはら幼稚園

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
ごはん 生揚げの五目煮 ハムときゅうりの甘酢和え エネルギー 394kcal たんぱく質 15.6g 脂質 11.4g	ごはん 鶏肉のトマトソース煮 キャベツとコーンのサラダ 419kcal 10.8g 11.5g	ごはん・白身魚のごまみそ焼き トマトとわかめのサラダ すまし汁 ※桃・赤組 お弁当 323kcal 16.5g 7.0g	夏野菜カレー 野菜サラダ 果物 404kcal 9.8g 11.5g	ごはん 豚肉の甘酢あんかけ わかめスープ ※青組 お弁当 507kcal 18.1g 17.4g	ツナそぼろご飯 彩り野菜スープ 果物 438kcal 17.4g 15.0g
おにぎり	マフィン	お好み焼き	ジャムクラッカー	蒸しパン	パン
8	9	10	11	12	13
そうめん(彩り野菜添え) 鶏のから揚げ レタス 370kcal 18.5g 14.9g	幼児 お誕生会 お楽しみメニュー 442kcal 16.1g 16.7g	ごはん・白身魚のムニエル レタス&プチトマト もやしのみそ汁 ※幼児 お弁当 334kcal 17.1g 7.3g	ごはん 麻婆なす 中華和え 472kcal 17.2g 18.0g	ごはん 豚肉とピーマンの細切り炒め 中華スープ・果物 ※1号 半日 506kcal 21.0g 16.7g	スパゲティーナポリタン 果物 314kcal 8.4g 9.0g
おにぎり&枝豆	ヨーグルト	ゆでとうもろこし	ゼリー	スティックパン	パン
15	16	17	18	19	20
海の日	ふりかけごはん 冬瓜と鶏肉の煮物 油揚げと野菜のごま和え 321kcal 11.6g 7.1g	ごはん ホワイトシチュー 野菜サラダ・果物 ※幼児 お弁当 454kcal 12.1g 12.4g	ごはん チーズハンバーグ レタス コンソメスープ 389kcal 17.6g 14.3g	ごはん かぼちゃと茄子のひき肉かけ 野菜のみそ汁 ※1号半日 473kcal 16.5g 15.5g	大掃除
	焼きそば	にゅうめん	ホットケーキ	きな粉トースト	
22	23	24	25	26	27
ごはん 肉じゃが 豆腐と麩のみそ汁・果物 ※1学期 終業式 363kcal 13.3g 4.8g	ごはん 八宝菜 たたききゅうり ※乳児 お誕生会 288kcal 7.1g 5.9g	ごはん 白身魚のカレーソース フレンチサラダ 351kcal 12.8g 9.0g	スパゲティーミートソース にら玉汁 373kcal 17.9g 10.8g	ごはん 焼き魚・ひじきの煮物 わかめのみそ汁 果物 453kcal 24.5g 12.3g	ケチャップライス じゃが芋と青菜のスープ 果物 307kcal 7.3g 5.4g
おにぎり	きな粉カステラ	ジャムサンド	焼きおにぎり	じゃが芋餅	パン
29	30	31	 		
ドライカレー コールスローサラダ 437kcal 12.3g 5.4g	ごはん 炒めビーフン 中華風野菜スープ 325kcal 12.6g 6.8g	ごはん 野菜の天ぷら 豆腐とえのきのみそ汁 376kcal 12.9g 7.8g			
安倍川マカロニ	チーズポテト	きな粉だんご			

※エネルギー等の計算は幼児の昼食のみになります。
 ※食材の都合によりメニューが変わる場合もありますので、ご了承ください。
 ※今月の牛乳は5日・19日・26日です。