



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 ごはん 五目炒り豆腐 かぼちゃのみそ汁 エネルギー 387kcal たんぱく質 18.4g 脂質 9.6g おにぎり&枝豆	2 ごはん ポテトのトマトソース焼き 冬瓜スープ 411kcal 11.6g 11.2g ホットケーキ	3 肉みそスパゲティー 果物 434kcal 18.7g 13.6g パン
			5 ごはん 牛肉とじゃが芋の煮物 豆腐と麩のみそ汁 果物 エネルギー 383kcal たんぱく質 13.1g 脂質 5.6g ジャムサンド	6 ごはん 生鮭のバター焼き レタス・トマト 貝だくさんみそ汁 309kcal 17.0g 5.0g カップケーキ	7 ごはん ポークケチャップハワイアン コールスローサラダ 483kcal 15.1g 20.2g ヨーグルト
12 振替休日	13 お弁当	14 お弁当	15 お弁当	16 お弁当	17 お弁当
19 炊き込みご飯 ツナ入り玉子焼き 豆腐のみそ汁 エネルギー 409kcal たんぱく質 19.8g 脂質 14.8g 野菜ゼリー	20 ごはん 豚肉のみそ炒め もやしスープ 311kcal 10.4g 7.8g にゅうめん	21 ごはん 鮭のムニエル 粉ふき芋・トマト 青菜とコーンのかき玉汁 351kcal 15.3g 6.9g フルーツ白玉	22 ごはん 麻婆豆腐 甘酢和え 352kcal 14.5g 10.6g ゆでとうもろこし	23 ごはん 鶏のから揚げ レタス・トマト ビーフンスープ・果物 468kcal 16.7g 17.2g 蒸しパン	24 冷やしそうめん 果物 209kcal 8.8g 2.1g パン
26 ハヤシライス にんじんサラダ エネルギー 423kcal たんぱく質 11.1g 脂質 15.6g わらび餅	27 ごはん 白身魚のカレー風味揚げ レタス 彩り野菜スープ・果物 334kcal 12.4g 8.3g もちもちパン	28 ごはん 親子煮 油揚げと青菜のみそ汁 391kcal 17.6g 10.0g ラスク	29 ミートソーススパゲティー 野菜サラダ ※幼児 お誕生会 391kcal 16.6g 13.9g おにぎり	30 ごはん 冬瓜と鶏肉の煮物 山吹和え 302kcal 23.6g 5.3g スティックパン	31 てんつく祭り

※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2日・23日です。