



# 給食献立表

令和2年 静岡なかはら幼稚園

| 月   | 火   | 水  | 木   | 金   | 土  |
|---|---|--|---|---|--|
| 1   | 2   | 3  | 4   | 5   | 6  |
| ごはん<br>野菜のカレー味スープ<br>ヨーグルトサラダ<br><br>384kcal<br>8.2g<br>11.2g   | ごはん<br>生揚げの卵とし<br>わかめのみそ汁<br>果物<br>396kcal<br>17.4g<br>11.4g        | ごはん<br>白身魚のムニエル<br>キャベツとコーンのサラダ<br>オニオンスープ<br>344kcal<br>13.3g<br>9.8g   | ごはん<br>豚肉と野菜の炒め物<br>ポテトスープ<br>果物<br>401kcal<br>12.5g<br>12.8g       | ごはん<br>ちくわの磯辺揚げ<br>レタス・トマト<br>大根のみそ汁<br>410kcal<br>15.5g<br>12.1g       | 焼きそば<br>ヨーグルト<br>果物<br>316kcal<br>9.9g<br>6.9g     |
| おせんべい   | しらすチーズトースト  | スティックポテト   | ヨーグルト   | 夕焼けおにぎり   | パン   |
| 8   | 9   | 10   | 11  | 12  | 13   |
| ごはん<br>ビーフシチュー<br>にんじんサラダ<br>果物<br>448kcal<br>10.5g<br>15.7g    | 4.5月 お誕生会<br>お楽しみメニュー   |  | ごはん<br>豚肉とちくわのみそからめ<br>豆腐とわかめのみそ汁<br>果物<br>367kcal<br>16.1g<br>6.3g | ごはん<br>煮魚・納豆サラダ<br>油揚げともやしのみそ汁<br>484kcal<br>27.1g<br>17.1g             | あお組 家族参観   |
| ラスク   | カップケーキ  | 大豆と小魚のカリカリ揚げ   | ジャムクラッカー  | プリン   |  |
| 15  | 16  | 17   | 18  | 19  | 20   |
| ごはん<br>焼き魚・大豆の磯辺煮<br>たまねぎのみそ汁<br>果物<br>318kcal<br>18.6g<br>4.3g | ごはん<br>麻婆豆腐<br>中華風和え物<br>391kcal<br>15.3g<br>11.7g                  | ごはん<br>ポテトのパン粉焼き<br>レタス・トマト<br>きのこのスープ<br>329kcal<br>8.3g<br>6.2g  | ごはん<br>ツナ入り卵焼き<br>彩り野菜スープ<br>たたききゅうり<br>503kcal<br>18.8g<br>19.2g   | ごはん<br>魚のラビゴットソース<br>レタス<br>青菜とたまごのスープ<br>383kcal<br>14.0g<br>12.8g     | 五目うどん<br>野菜ゼリー<br>果物<br>275kcal<br>9.5g<br>2.8g    |
| じゃが芋もち  | おにぎり  | フルーツゼリー  | みつだんご   | にんじんチーズ入り蒸しパン   | パン   |
| 22  | 23  | 24   | 25  | 26  | 27   |
| ごはん<br>じゃが芋のそぼろ和え<br>野菜のみそ汁<br>果物<br>392kcal<br>12.7g<br>6.9g   | ごはん<br>魚の野菜あんかけ<br>中華風サラダ<br>果物<br>345kcal<br>16.3g<br>8.7g         | 6月 お誕生会<br>お楽しみメニュー  |   | ごはん<br>豚肉とコーンの変わり揚げ<br>豆腐とえのきのみそ汁<br>ミニゼリー<br>431kcal<br>18.3g<br>13.9g | カレーライス<br>野菜サラダ<br>果物<br>446kcal<br>10.3g<br>13.6g |
| 焼きそば  | 安倍川マカロニ   | ホットケーキ   | チーズポテト  | チヂミ   | パン   |
| 29  | 30  | <div data-bbox="1262 1564 1673 1709" data-label="Text"> <p>今月の牛乳<br/>5日・12日・19日</p> </div>  |   |   |  |
| ごはん<br>栄養きんぴら<br>そーめん汁<br>果物<br>344kcal<br>11.4g<br>5.7g        | ごはん<br>チーズハンバーグ<br>レタス・トマト<br>野菜スープ・果物<br>379kcal<br>15.7g<br>12.1g |  |   |   |  |
| ジャムサンド  | 野菜ゼリー   |  |   |   |  |

※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。