



# 給食献立表

令和2年 静岡なかはら幼稚園

月	火	水	木	金	土
	<b>1</b> ごはん 魚のおろしソース 小松菜の磯和え 油揚げともやしのみそ汁 365kcal 15.8g 6.9g ゆでとうもろこし	<b>2</b> ごはん ポークシチュー フレンチサラダ 果物 620kcal 11.8g 18.5g 芋かりんとう(幼児)・おせんべい(乳児)	<b>3</b> ごはん なすとトマトのイタリア風 野菜スープ 果物 476kcal 14.4g 10.9g おにぎり(昆布)	<b>4</b> しめじごはん 肉団子スープ にんじんサラダ ※幼児 お弁当 487kcal 15.7g 16.3g きな粉トースト	<b>5</b> 冷やし中華 ヨーグルト 果物 511kcal 18.9g 6.6g パン
	<b>7</b> チキンカレーライス ツナサラダ 594kcal 18.0g 20.2g ホットケーキ	<b>8</b> ごはん なすと鶏肉のみそあんかけ 豆腐とキャベツのすまし汁 ※赤組 お弁当 433kcal 13.6g 10.0g ジャムクラッカー	<b>9</b> ごはん 豚肉とコーンの変わり揚げ ビーフン入りスープ ミニゼリー 515kcal 20.6g 13.7g 安倍川マカロニ	<b>10</b> 高野豆腐のそぼろごはん みそ汁 ハムときゅうりの甘酢和え ※桃・青 お弁当 413kcal 13.2g 12.9g ラスク	<b>11</b> ごはん 鮭のきこ焼き・レタス 五目みそ汁 果物 445kcal 21.0g 9.7g わらび餅
<b>14</b> ハヤシライス 野菜サラダ(ごまみそマヨネーズ) 果物 537kcal 12.9g 15.9g 焼きそば	<b>15</b> ごはん 豚肉とピーマンの細切り炒め 中華スープ ミニゼリー 475kcal 17.3g 8.9g おにぎり(鮭)	<b>16</b> ごはん 魚のこぶ煮 三色おひたし 豆腐とわかめのみそ汁 384kcal 22.5g 4.7g ジャムサンド	<b>17</b> わかめごはん ちくわの磯辺揚げ レタス いも煮汁 594kcal 17.9g 15.2g 蒸しパン	<b>18</b> ごはん 肉団子と冬瓜のスープ マカロニサラダ 果物 493kcal 13.1g 12.2g ふかしいも	<b>19</b> 焼きそば ヨーグルト 果物 478kcal 14.0g 9.9g パン
<b>21</b> 敬老の日	<b>22</b> 秋分の日	<b>23</b> ごはん 焼き魚 ひじきの煮物 たまねぎのみそ汁 431kcal 11.7g 3.0g にゅうめん	<b>24</b> ごはん ポークビーンズ コールスローサラダ ※幼児 お弁当 526kcal 17.6g 15.1g フレンチトースト	<b>25</b> お誕生会 お楽しみメニュー 574kcal 23.5g 21.0g ツナおにぎり	<b>26</b> カレーピラフ 彩り野菜スープ 野菜ゼリー 果物 453kcal 12.6g 7.8g パン
<b>28</b> ごはん はんぺんフライ・レタス 豆腐とえのきのみそ汁 果物 398kcal 11.8g 10.4g ピザトースト	<b>29</b> さんまの蒲焼き丼 さつまいものみそ汁 たたききゅうり 617kcal 17.8g 23.7g お好み焼き	<b>30</b> ごはん かぼちゃとなすの挽肉あんかけ すまし汁 507kcal 13.5g 15.5g ドーナツ	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;">                         今月の牛乳                          7日・11日・                          18日・25日                     </div>		

※エネルギー等の計算は幼児の1人当たりとなります。 ※食材等の都合によりメニューが変更する場合がありますので、ご了承ください。