




# 給食献立表

令和3年 静岡なかはら幼稚園

月 3	火 4	水 5	木 6	金 7	土 8
<b>憲法記念日</b>	<b>みどりの日</b>	<b>こどもの日</b>	茶めし 白身魚のごま味噌焼き・レタス 野菜汁・果物 エネルギー 366 kcal たんぱく質 7.7 g 脂 質 6.5 g <b>ホットケーキ</b>	えんどう豆ごはん 生揚げの炒め物 中華風野菜スープ ※赤組 お弁当 エネルギー 511 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 17.7 g <b>バターポテト</b>	スパゲティ+ポリタン 果物 エネルギー 289 kcal たんぱく質 8 g 脂 質 8.9 g <b>パン</b>
10 チキンカレーライス ハム入りサラダ エネルギー 800 kcal たんぱく質 18.2 g 脂 質 29.2 g <b>手作りクッキー</b>	11 ごはん 鶏の照り焼き・ひじきの煮物 三色みそ汁 果物 エネルギー 337 kcal たんぱく質 9.2 g 脂 質 6.5 g <b>きな粉トースト</b>	12 炊き込みご飯 かき揚げ・レタス・トマト みそ汁 ※桃・青 おにぎり弁当 エネルギー 625 kcal たんぱく質 14.1 g 脂 質 26.5 g <b>蒸しパン</b>	13 食パン ポテトのトマトソース焼き オニオンスープ 果物 エネルギー 291 kcal たんぱく質 9.0 g 脂 質 8.0 g <b>おにぎり (さけ)</b>	14 ごはん さわらのムニエル・レタス・ゆでにんじん 油揚げともやしのみそ汁 ※赤組 お弁当 エネルギー 597 kcal たんぱく質 13.3 g 脂 質 30.3 g <b>ミニアメリカンドッグ</b>	15 焼きうどん 果物 エネルギー 195 kcal たんぱく質 6.5 g 脂 質 4.7 g <b>パン</b>
17 ごはん ポークホワイトシチュー アスパラみそ味サラダ エネルギー 438 kcal たんぱく質 13.3 g 脂 質 14 g <b>ピザ風トースト</b>	18 肉味噌スパゲティ トマトサラダ (イタリアン) 果物 エネルギー 655 kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 12.4 g <b>おにぎり (わかめ)</b>	19 ごはん コロケ・レタス・トマト きのこスープ ※桃・青 お弁当 エネルギー 517 kcal たんぱく質 12.6 g 脂 質 12.9 g <b>にゅうめん</b>	20 ごはん じゃが芋の含め煮 油揚げと青菜のみそ汁 果物 エネルギー 388 kcal たんぱく質 11 g 脂 質 7.5 g <b>ポップコーン (幼児)・おせんべい (乳児)</b>	21 ごはん つな玉のケチャップあんかけ わかめスープ・果物 ※赤組 お弁当 エネルギー 454 kcal たんぱく質 13.6 g 脂 質 11.7 g <b>焼きそば</b>	22 そばろご飯 わかめのみそ汁 果物 エネルギー 294 kcal たんぱく質 12 g 脂 質 6 g <b>パン</b>
24 ごはん 筑前煮 豆腐とわかめのみそ汁 果物 エネルギー 507 kcal たんぱく質 16.2 g 脂 質 11.4 g <b>カステラ</b>	25 <b>お誕生会 お楽しみメニュー</b> エネルギー 414 kcal たんぱく質 9.3 g 脂 質 9.3 g <b>安倍川マカロニ</b>	26 ごはん 麻婆豆腐 (オイスター) 春雨サラダ ※桃・青 お弁当 エネルギー 552 kcal たんぱく質 18.2 g 脂 質 20.4 g <b>スティックポテト</b>	27 ごはん 魚のミックスソース レタス 野菜のみそ汁 エネルギー 341 kcal たんぱく質 5.5 g 脂 質 9.2 g <b>ジャムサンド</b>	28 ごはん ポークビーンズ フレンチサラダ・果物 ※赤組 おにぎり弁当 エネルギー 717 kcal たんぱく質 28.3 g 脂 質 22.8 g <b>お好み焼き</b>	29 あんかけや焼きそば 果物 エネルギー 208 kcal たんぱく質 7.7 g 脂 質 4.9 g <b>パン</b>
31 ごはん はんぺんフライ 三色おひたし わかめのみそ汁 エネルギー 436 kcal たんぱく質 10.6 g 脂 質 8.6 g <b>ツナおにぎり</b>	<b>今月の牛乳 7日・14日・21日・28日</b>				
					5月1日 五目うどん 果物 エネルギー 180 kcal たんぱく質 7.1 g 脂 質 1.6 g <b>パン</b>

※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。