

給食献立表

令和3年 静岡なかはら幼稚園

月	火	水	木	金	土
<p>9月</p>		<p>1</p> <p>ごはん</p> <p>ツナ玉のケチャップあんかけ</p> <p>レタス・トマト</p> <p>わかめスープ</p> <p>エネルギー 401 Kcal たんぱく質 132 g 脂質 136 g</p> <p>クラッカー</p>	<p>2</p> <p>ごはん</p> <p>フ라운シチュー</p> <p>にんじんサラダ</p> <p>エネルギー 523 Kcal たんぱく質 162 g 脂質 165 g</p> <p>わらび餅</p>	<p>3</p> <p>ごはん</p> <p>魚のラビゴットソース</p> <p>レタス</p> <p>コンソメスープ</p> <p>エネルギー 480 Kcal たんぱく質 11.1 g 脂質 18.4 g</p> <p>チーズポテト</p>	<p>4</p> <p>焼きそば</p> <p>オレンジ</p> <p>ミニゼリー</p> <p>エネルギー 347 Kcal たんぱく質 13.4 g 脂質 6.9 g</p> <p>おにぎり</p>
		<p>6</p> <p>ごはん</p> <p>豆腐の中華煮</p> <p>きゅういもみ・果物</p> <p>あか組 お弁当</p> <p>エネルギー 373 Kcal たんぱく質 16.3 g 脂質 11.4 g</p> <p>きな粉トースト</p>	<p>7</p> <p>ごはん</p> <p>ポークチャップ</p> <p>彩り野菜スープ</p> <p>エネルギー 443 Kcal たんぱく質 17.7 g 脂質 8.7 g</p> <p>蒸しパン</p>	<p>8</p> <p>ごはん</p> <p>魚のごぶ煮</p> <p>野菜のみそ汁・果物</p> <p>もも・あお組 お弁当</p> <p>エネルギー 455 Kcal たんぱく質 21.8 g 脂質 9.6 g</p> <p>おからケーキ</p>	<p>9</p> <p>肉みそスパゲティー</p> <p>野菜のレモン酢和え</p> <p>エネルギー 458 Kcal たんぱく質 14.8 g 脂質 11.0 g</p> <p>おにぎり(うめ)</p>
<p>13</p> <p>ごはん</p> <p>豆腐ステーキのみそあんかけ</p> <p>たたききゅうい・にら玉汁</p> <p>あか組 お弁当</p> <p>エネルギー 428 Kcal たんぱく質 15.3 g 脂質 11.1 g</p> <p>ホットケーキ</p>	<p>14</p> <p>ごはん</p> <p>ポテトのトマトソース焼き</p> <p>ころころスープ</p> <p>エネルギー 396 Kcal たんぱく質 9.2 g 脂質 11.4 g</p> <p>ラスク</p>	<p>15</p> <p>中華丼</p> <p>トマトとわかめのサラダ</p> <p>もも・あお組 お弁当</p> <p>エネルギー 380 Kcal たんぱく質 11.3 g 脂質 10.4 g</p> <p>スティックポテト</p>	<p>16</p> <p>ごはん</p> <p>かぼちゃコロケ</p> <p>レタス・トマト</p> <p>野菜スープ</p> <p>エネルギー 486 Kcal たんぱく質 11.1 g 脂質 14.6 g</p> <p>ポップコーン(幼児)・おせんべい(乳児)</p>	<p>17</p> <p>ごはん</p> <p>焼き魚・大豆の磯辺煮</p> <p>豆腐と麩のみそ汁</p> <p>果物</p> <p>エネルギー 477 Kcal たんぱく質 16.9 g 脂質 12.0 g</p> <p>コーン入りマフィン</p>	<p>18</p> <p>冷やし中華</p> <p>果物</p> <p>ミニゼリー</p> <p>エネルギー 229 Kcal たんぱく質 11.0 g 脂質 6.1 g</p> <p>パン</p>
<p>20</p> <p>敬老の日</p>	<p>21</p> <p>お誕生会</p> <p>お楽しみメニュー</p> <p>お月見団子</p>	<p>22</p> <p>ごはん</p> <p>麻婆なす</p> <p>中華風あえ物</p> <p>幼児 お弁当</p> <p>エネルギー 395 Kcal たんぱく質 11.3 g 脂質 10.2 g</p> <p>じゃがいも餅</p>	<p>23</p> <p>秋分の日</p>	<p>24</p> <p>ごはん</p> <p>生揚げの炒め物</p> <p>三色みそ汁</p> <p>エネルギー 433 Kcal たんぱく質 15.6 g 脂質 12.7 g</p> <p>ジャムサンド</p>	<p>25</p> <p>和風スパゲティー</p> <p>果物</p> <p>ミニゼリー</p> <p>エネルギー 288 Kcal たんぱく質 11.2 g 脂質 6.5 g</p> <p>おにぎり</p>
<p>27</p> <p>カレーライス</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>フルーチェ</p> <p>エネルギー 449 Kcal たんぱく質 14.4 g 脂質 13.5 g</p> <p>しらすチーズトースト</p>	<p>28</p> <p>ごはん</p> <p>鶏肉のトマトソース</p> <p>シルバーサラダ</p> <p>幼児 お弁当</p> <p>エネルギー 475 Kcal たんぱく質 10.1 g 脂質 11.8 g</p> <p>焼きドーナツ</p>	<p>29</p> <p>さんまのかば焼き丼</p> <p>野菜の即席漬け</p> <p>豆腐のみそ汁</p> <p>エネルギー 401 Kcal たんぱく質 12.7 g 脂質 10.0 g</p> <p>安倍川マカロニ</p>	<p>30</p> <p>ごはん</p> <p>親子煮</p> <p>わかめのみそ汁</p> <p>なます</p> <p>エネルギー 561 Kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 18.7 g</p> <p>マドレーヌ</p>	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> <p>今月の牛乳</p> <p>3日・10日・17日・24日</p> </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。