



給食献立表

令和3年 静岡なかほら幼稚園

月		火		水		木		金		土	
 <div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center; margin: 10px auto; width: fit-content;"> 今月の牛乳 1日・8日・15日 </div>								1		2	
								ごはん すき焼き風煮 みそ汁 果物 エネルギー 386 Kcal たんぱく質 13.8 g 脂質 5.3 g		スパゲティー+ポリタン ミニゼリー 果物 エネルギー 405 Kcal たんぱく質 10.9 g 脂質 10.0 g	
								みつだんご		おにぎり	
4		5		6		7		8		9	
ごはん ホワイトシチュー フレンチサラダ 果物 エネルギー 371 Kcal たんぱく質 10.9 g 脂質 8.4 g		ごはん 焼き魚・大豆の磯辺煮 大根のみそ汁 ミニゼリー エネルギー 408 Kcal たんぱく質 13.0 g 脂質 6.6 g		肉みそスパゲティー レタスときゅうりのサラダ 果物 ※あか組 お弁当 エネルギー 439 Kcal たんぱく質 14.5 g 脂質 9.4 g		ごはん ポテトのトマトソース焼き ころころスープ ※もも・あお組 お弁当 エネルギー 492 Kcal たんぱく質 16.0 g 脂質 13.5 g		ごはん はんぺんフライ 山吹スパゲティーサラダ わかめのみそ汁 エネルギー 523 Kcal たんぱく質 13.5 g 脂質 19.3 g		おかからライス 五目みそ汁 果物 エネルギー 231 Kcal たんぱく質 6.2 g 脂質 1.7 g	
ふかし芋		かぼちゃ入り蒸しパン		おにぎり(わかめ)		焼きそば		ジャムサンド		パン	
11		12		13		14		15		16	
カレーライス 野菜サラダ 果物 エネルギー 521 Kcal たんぱく質 12.2 g 脂質 16.4 g		ごはん 卵焼き風 大根のマヨネーズ和え ※幼児 お弁当 エネルギー 532 Kcal たんぱく質 18.2 g 脂質 17.8 g		ごはん 鶏の照り焼き インディアンサラダ オニオンスープ・果物 エネルギー 508 Kcal たんぱく質 16.9 g 脂質 13.1 g		ごはん ちくわの磯辺揚げ 油揚げと野菜のごま和え 豆腐とキャベツのすまし汁 エネルギー 541 Kcal たんぱく質 14.4 g 脂質 18.9 g		ごはん 煮魚・三色おひたし 里芋と白菜のみそ汁 果物 エネルギー 389 Kcal たんぱく質 16.7 g 脂質 8.1 g		そばろごはん 三色みそ汁 果物 エネルギー 330 Kcal たんぱく質 14.9 g 脂質 7.7 g	
千チミ		にゅうめん		おにぎり(さけ)		カップケーキ		ラスク		パン	
18		19		20		21		22		23	
ごはん 豚肉と野菜の卵炒め たたききゅうり・わかめスープ ※幼児 お弁当 エネルギー 479 Kcal たんぱく質 12.2 g 脂質 10.9 g		ごはん 白身魚のムニエル・タルタルソース レタス 白菜スープ エネルギー 522 Kcal たんぱく質 19.5 g 脂質 19.3 g		おにぎり(わかめ) すいとん汁 ミニゼリー ※炊き出し訓練 エネルギー 286 Kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 4.3 g		ごはん ポークシチュー レタスとリンゴのレモン和え 果物 エネルギー 521 Kcal たんぱく質 15.4 g 脂質 14.3 g		ごはん 生揚げの五目煮 きゅうりもみ のいスープ エネルギー 334 Kcal たんぱく質 13.5 g 脂質 7.3 g		運動会 	
大学芋		お好み焼き		安倍川マカロニ		ピザ風トースト		スティックパン			
25		26		27		28		29		30	
ごはん 和風ハンバーグ レタス・ゆでにんじん きのこスープ エネルギー 479 Kcal たんぱく質 16.2 g 脂質 18.9 g		お誕生会 お楽しみメニュー		ごはん 魚のカレーソース ツナサラダ・果物 ※あお組 お弁当 エネルギー 491 Kcal たんぱく質 18.3 g 脂質 15.0 g		ごはん 麻婆豆腐(オイスターソース) 春雨サラダ ※あか組 お弁当 エネルギー 635 Kcal たんぱく質 19.6 g 脂質 21.3 g		ごはん 炒り鶏 油揚げと青菜のみそ汁・果物 ※もも組 お弁当 エネルギー 477 Kcal たんぱく質 16.5 g 脂質 11.8 g		チャーハン わかめスープ 果物 エネルギー 287 Kcal たんぱく質 8.0 g 脂質 5.8 g	
スティックポテト		アップルヨーグルトケーキ		きな粉だんご		コーン入りマフィン		じゃがいも餅		パン	

※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。