



給食献立表

令和3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 ジャがいもの含め煮 豆腐と麩のみそ汁 果物 エネルギー 615 Kcal たんぱく質 22.9 g 脂 質 16.0 g 焼カレーパン	ごはん がんもどきの含め煮 豚汁 ほうれん草のおひたし エネルギー 544 Kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 13.7 g いも入り蒸しパン	文化の日	ごはん ポークホワイトシチュー コールスローサラダ 果物 エネルギー 659 Kcal たんぱく質 15.1 g 脂 質 24.5 g マドレーヌ	ごはん 魚のおろしソース・和風サラダ 豆腐とキャベツのすまし汁 ※幼児 親子遠足 エネルギー 488 Kcal たんぱく質 17.6 g 脂 質 9.7 g 五平餅	五目うどん 果物 ミニゼリー エネルギー 314 Kcal たんぱく質 12.9 g 脂 質 4.3 g パン
8	9	10	11	12	13
ごはん 焼き魚 切干大根の含め煮 三色みそ汁 エネルギー 442 Kcal たんぱく質 15.2 g 脂 質 12.4 g ラスク	ごはん 生揚げの炒め物 しめじとキャベツのみそ汁 ※幼児 お弁当 エネルギー 458 Kcal たんぱく質 15.8 g 脂 質 10.8 g おにぎり (おかか)	ごはん 白身魚のごまみそ焼き レタス・ゆでにんじん 青菜と豆腐のすまし汁 エネルギー 669 Kcal たんぱく質 13.9 g 脂 質 32.9 g 大学芋	ごはん 五目きんぴら 白菜スープ エネルギー 450 Kcal たんぱく質 13.3 g 脂 質 11.6 g 安倍川マカロニ	高野豆腐のどぼろごはん 納豆サラダ ミニゼリー エネルギー 639 Kcal たんぱく質 22.9 g 脂 質 31.0 g ミニアメリカンドッグ	千キンライス 彩り野菜スープ 果物 エネルギー 370 Kcal たんぱく質 11.7 g 脂 質 4.4 g パン
15	16	17	18	19	20
さんまのかば焼き丼 さつまい 果物 エネルギー 555 Kcal たんぱく質 16.7 g 脂 質 18.4 g ジャムサンド	スパゲティーミートソース コーンサラダ 果物 エネルギー 549 Kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 15.0 g ツナおにぎり	ごはん ポトフ にんじんサラダ ※幼児 お弁当 エネルギー 511 Kcal たんぱく質 15.3 g 脂 質 16.2 g 千千ミ	ごはん れんこんハンバーグ フロッコリー 洋風かきたま汁 エネルギー 491 Kcal たんぱく質 18.5 g 脂 質 16.5 g ホットケーキ	食パン ささみのフライ・レタス ほうれん草のスープ 果物 エネルギー 504 Kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 18.3 g ジャがいも餅	焼肉丼 わかめのみそ汁 果物 エネルギー 508 Kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 15.1 g パン
22	23	24	25	26	27
ごはん 錦揚げ・レタス 豆腐とわかめのみそ汁 エネルギー 504 Kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 12.4 g ふかし芋	勤労感謝の日	ごはん 田舎煮 豆腐のすまし汁 ※幼児 お弁当 エネルギー 433 Kcal たんぱく質 15.6 g 脂 質 8.8 g (幼児) きな粉だんご・(乳児) きな粉豆腐	ごはん 麻婆豆腐 (ケチャップ味) 大根サラダ エネルギー 441 Kcal たんぱく質 16.8 g 脂 質 16.0 g (幼児) ポップコーン・(乳児) おせんべい	ごはん ポークビーンズ フレンチサラダ・果物 ※幼児 発表会 エネルギー 545 Kcal たんぱく質 18.0 g 脂 質 10.5 g おにぎり (わかめ)	和風スパゲティー 果物 ミニゼリー エネルギー 451 Kcal たんぱく質 17.7 g 脂 質 13.6 g パン
29	30	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;"> 今月の牛乳 12日・19日 </div>			
カレーライス 白菜サラダ 果物 エネルギー 624 Kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 21.1 g お好み焼き	中華おこわ ハムときゅうりの甘酢和え 中華風野菜スープ ※赤組 お弁当 エネルギー 470 Kcal たんぱく質 17.7 g 脂 質 12.0 g きな粉トースト				



※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。