

給食献立表

令和5年 静岡なかほら幼稚園

月	火	水	木	金 1	土 2
 <div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p>今月の牛乳 4日(月)・11日(月)・25日(月)</p> </div>				<p>ごはん 豆腐ハンバーグ レタス・トマト じゃが芋と青菜のスープ</p> <p>エネルギー 469 Kcal たんぱく質 14.6 g 脂 質 13.1 g</p> <p>ホットケーキ</p>	<p>冷やし中華 果物 ミニゼリー</p> <p>エネルギー 255 Kcal たんぱく質 7.9 g 脂 質 1.1 g</p> <p>パン</p>
				<p>4 ごはん 豚肉のみそ炒め煮 野菜汁</p> <p>エネルギー 479 Kcal たんぱく質 19.7 g 脂 質 15.0 g</p> <p>ピザトースト</p>	<p>5 ごはん 鶏の照り焼き・刻み昆布の炒め煮 しめじときゃべつのみそ汁 幼児 お弁当</p> <p>エネルギー 331 Kcal たんぱく質 7.6 g 脂 質 7.8 g</p> <p>スティックポテト</p>
<p>11 ごはん 豚肉とピーマンの細切り炒め けんちん汁 ももぐみ お弁当</p> <p>エネルギー 461 Kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 14.1 g</p> <p>きな粉トースト</p>	<p>12 ごはん 野菜とウインナーの炒め物 中華コーンスープ あか・あおぐみ お弁当</p> <p>エネルギー 478 Kcal たんぱく質 12.2 g 脂 質 16.7 g</p> <p>みぞまんじゅう(蒸しパン風)</p>	<p>13 ごはん 五目旨煮 三色おひたし 果物</p> <p>エネルギー 479 Kcal たんぱく質 17.4 g 脂 質 7.8 g</p> <p>オニオンフレッド</p>	<p>14 高野豆腐のそぼろごはん 春雨の酢の物 油揚げともやしのみそ汁</p> <p>エネルギー 378 Kcal たんぱく質 13.3 g 脂 質 9.4 g</p> <p>ジャムクラッカー</p>	<p>15 ごはん 豚肉のケチャップ炒め かき玉汁</p> <p>エネルギー 436 Kcal たんぱく質 17.0 g 脂 質 11.5 g</p> <p>じゃが芋餅</p>	<p>16 きつねうどん 果物 ミニゼリー</p> <p>エネルギー 183 Kcal たんぱく質 6.9 g 脂 質 4.2 g</p> <p>パン</p>
<p>18 敬老の日</p>	<p>19 和風スパゲティー コンソメスープ 幼児 お弁当</p> <p>エネルギー 456 Kcal たんぱく質 16.7 g 脂 質 12.6 g</p> <p>蒸しパン</p>	<p>20 お誕生会 お楽しみメニュー</p> <p>エネルギー 502 Kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 12.1 g</p> <p>冷しそうめん</p>	<p>21 さんまの蒲焼き丼 きゅうりもみ 大根のみそ汁</p> <p>エネルギー 517 Kcal たんぱく質 13.1 g 脂 質 16.4 g</p> <p>りんごきんとん</p>	<p>22 ごはん 焼き魚 卵の花の炒り煮 野菜のみそ汁</p> <p>エネルギー 378 Kcal たんぱく質 12.6 g 脂 質 6.8 g</p> <p>ケチャップマカロニ</p>	<p>23 秋分の日</p>
<p>25 わかめごはん 肉団子と冬瓜のスープ 小松菜の磯和え</p> <p>エネルギー 823 Kcal たんぱく質 17.6 g 脂 質 31.9 g</p> <p>手作りクッキー</p>	<p>26 ごはん 里芋のうま煮 切干大根のあえ物 果物</p> <p>エネルギー 484 Kcal たんぱく質 13.5 g 脂 質 12.0 g</p> <p>焼きアメリカンドッグ</p>	<p>27 ドライカレー レタスとりんごのレモン和え 幼児 お弁当</p> <p>エネルギー 463 Kcal たんぱく質 15.7 g 脂 質 12.7 g</p> <p>焼きそば</p>	<p>28 ごはん 麻婆豆腐(オイスターソース) ハムときゅうりの甘酢和え</p> <p>エネルギー 479 Kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 12.3 g</p> <p>おにぎり(鮭)</p>	<p>29 ごはん なすの鶏みそあんかけ 豆腐ときゃべつのすまし汁</p> <p>エネルギー 414 Kcal たんぱく質 13.5 g 脂 質 10.4 g</p> <p>お月見だんご</p>	<p>30 そぼろごはん 三色みそ汁 果物</p> <p>エネルギー 395 Kcal たんぱく質 15.7 g 脂 質 8.9 g</p> <p>パン</p>

※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。