

# 給食献立表

令和5年 静岡なかはら幼稚園

月	火	水	木	金 1	土 2
 <div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block; margin: 10px auto; width: 60%;"> <p style="text-align: center;">今月の牛乳 4日(月)・11日(月)・ 18日(月)・25日(月)</p> </div>					
				<b>お雑煮風</b> (乳児 けんちんうどん) 果物  エネルギー 168 Kcal たんぱく質 11.9 g 脂 質 3.8 g <b>ホットケーキ</b>	<b>焼きそば</b> ミニゼリー 果物  エネルギー 327 Kcal たんぱく質 12.9 g 脂 質 6.9 g <b>パン</b>
4	5	6	7	8	9
<b>ごはん</b> さばのみそ煮 野菜汁  エネルギー 447 Kcal たんぱく質 11.4 g 脂 質 9.4 g <b>蒸しパン</b>	<b>ごはん</b> 大根の煮物 和風サラダ ※幼児 お弁当 エネルギー 387 Kcal たんぱく質 13.4 g 脂 質 4.0 g <b>ふかしいも</b>	<b>カレーライス</b> キャベツとコーンのサラダ 果物 エネルギー 375 Kcal たんぱく質 10.6 g 脂 質 9.3 g <b>ジャムサンド</b>	<b>わかめごはん</b> 白菜と肉団子のスープ 納豆サラダ エネルギー 372 Kcal たんぱく質 15.7 g 脂 質 11.0 g <b>ミニピザ</b>	<div style="border: 2px solid orange; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block; width: 80%;"> <b>お誕生会</b> お楽しみメニュー                     </div> エネルギー 392 Kcal たんぱく質 9.0 g 脂 質 10.5 g <b>ほうれん草ケーキ</b>	<b>ツナライス</b> 三色みそ汁 果物  エネルギー 286 Kcal たんぱく質 8.9 g 脂 質 5.6 g <b>パン</b>
11	12	13	14	15	16
<b>ごはん</b> 田舎煮 豆腐とキャベツのすまし汁  エネルギー 423 Kcal たんぱく質 15.5 g 脂 質 13.0 g <b>ラスク</b>	<b>ごはん</b> マカロニグラタン ころころスープ ※もも・あお お弁当 エネルギー 513 Kcal たんぱく質 19.7 g 脂 質 13.5 g <b>焼きそば</b>	<b>中華風おこわ</b> はるさめサラダ きのこスープ エネルギー 416 Kcal たんぱく質 14.0 g 脂 質 9.2 g <b>チーズポテト</b>	<b>ごはん</b> 焼き魚・うの花の炒り煮 豆腐と麩のみそ汁 ※あお お弁当・あか 給食参観 エネルギー 413 Kcal たんぱく質 12.6 g 脂 質 12.1 g <b>アップルヨーグルトケーキ</b>	<b>ごはん</b> 肉じゃが・果物 しめじとキャベツのみそ汁 ※あか お弁当 エネルギー 348 Kcal たんぱく質 10.6 g 脂 質 7.1 g <b>きな粉トースト</b>	<b>大掃除</b>
18	19	20	21	22	23
<b>ごはん</b> 麻婆豆腐(オイスター) ハムと大根の甘酢和え  エネルギー 435 Kcal たんぱく質 9.6 g 脂 質 14.2 g <b>オニオンフレッド</b>	<b>ごはん</b> 白身魚の野菜あんかけ のりスープ・果物 ※もも・あか お弁当 エネルギー 500 Kcal たんぱく質 18.0 g 脂 質 17.4 g <b>じゃが芋餅</b>	<b>パン</b> チキンクリームシチュー フレンチサラダ エネルギー 313 Kcal たんぱく質 11.7 g 脂 質 6.9 g <b>おにぎり(鮭)</b>	<b>肉みそスパゲティ</b> コーンサラダ エネルギー 457 Kcal たんぱく質 19.1 g 脂 質 14.3 g <b>お好み焼き</b>	<b>ごはん</b> 鶏の照り焼き・大豆の磯辺煮 さつま芋のみそ汁 エネルギー 371 Kcal たんぱく質 9.5 g 脂 質 7.4 g <b>ごぼうチップス</b>	<b>カレーうどん</b> 果物 ミニゼリー  エネルギー 214 Kcal たんぱく質 11.6 g 脂 質 3.8 g <b>パン</b>
25	26	27	28		
<b>ごはん</b> 魚のおろしソース 五目みそ汁  エネルギー 387 Kcal たんぱく質 10.5 g 脂 質 6.9 g <b>安倍川マカロニ</b>	<b>ごはん</b> 筑前煮 わかめのみそ汁 果物 エネルギー 300 Kcal たんぱく質 10.5 g 脂 質 2.3 g <b>しらすチーズトースト</b>	<b>ごはん</b> 松風焼き なます 青菜と豆腐のすまし汁 エネルギー 493 Kcal たんぱく質 15.6 g 脂 質 11.4 g <b>大学芋</b>	<b>ハヤシライス</b> ポテトサラダ エネルギー 526 Kcal たんぱく質 13.0 g 脂 質 17.6 g <b>カステラ</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。