

# 6月

## 給食献立表

令和6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; display: inline-block;"> <p style="text-align: center;"><b>今月の牛乳</b>  <b>3日(月)・10日(月)</b>  <b>17日(月)・24日(月)</b></p> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  <p>ながくつ      かさ      あじさい      てるてる坊主</p> <p style="font-size: small;">©kuna-art</p> </div>					<p style="text-align: center;"><b>1</b></p> <p style="text-align: center;">おかかりライス 豚汁 果物</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">411</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">14.1</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">5.4</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">パン</p>	エネルギー	411	Kcal	たんぱく質	14.1	g	脂質	5.4	g																																													
エネルギー	411	Kcal																																																									
たんぱく質	14.1	g																																																									
脂質	5.4	g																																																									
<p style="text-align: center;"><b>3</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん クリームシチュー トマトサラダ</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">511</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">16.0</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">10.8</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">おかかチーズおにぎり</p>	エネルギー	511	Kcal	たんぱく質	16.0	g	脂質	10.8	g	<p style="text-align: center;"><b>4</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん 鶏の照り焼き・大根切干の甘煮 豆腐とわかめのみそ汁</p> <p style="text-align: center; color: red;">※もも・あか お弁当</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">392</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">12.1</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">10.8</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">バターポテト</p>	エネルギー	392	Kcal	たんぱく質	12.1	g	脂質	10.8	g	<p style="text-align: center;"><b>5</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん ひき肉のみそ風味焼き・レタス 野菜のみそ汁</p> <p style="text-align: center; color: red;">※あお おにぎり</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">508</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">23.8</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">18.0</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">焼きそば</p>	エネルギー	508	Kcal	たんぱく質	23.8	g	脂質	18.0	g	<p style="text-align: center;"><b>6</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん 白身魚のコーンマヨ ひじきサラダ しめじとキャベツのみそ汁</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">495</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">19.9</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">14.3</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">ラスク</p>	エネルギー	495	Kcal	たんぱく質	19.9	g	脂質	14.3	g	<p style="text-align: center;"><b>7</b></p> <p style="text-align: center;">ゆうやけごはん つみれ汁 油揚げと野菜のごま和え・果物</p> <p style="text-align: center; color: red;">※幼児 お弁当(親子遠足)</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">391</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">16.8</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">8.2</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">安倍川マカロニ</p>	エネルギー	391	Kcal	たんぱく質	16.8	g	脂質	8.2	g	<p style="text-align: center;"><b>8</b></p> <p style="text-align: center;">あんかけ焼きそば 果物 ミニゼリー</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">492</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">21.1</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">12.7</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">パン</p>	エネルギー	492	Kcal	たんぱく質	21.1	g	脂質	12.7	g
エネルギー	511	Kcal																																																									
たんぱく質	16.0	g																																																									
脂質	10.8	g																																																									
エネルギー	392	Kcal																																																									
たんぱく質	12.1	g																																																									
脂質	10.8	g																																																									
エネルギー	508	Kcal																																																									
たんぱく質	23.8	g																																																									
脂質	18.0	g																																																									
エネルギー	495	Kcal																																																									
たんぱく質	19.9	g																																																									
脂質	14.3	g																																																									
エネルギー	391	Kcal																																																									
たんぱく質	16.8	g																																																									
脂質	8.2	g																																																									
エネルギー	492	Kcal																																																									
たんぱく質	21.1	g																																																									
脂質	12.7	g																																																									
<p style="text-align: center;"><b>10</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん 麻婆豆腐 たたききゅうり</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">550</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">21.8</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">16.8</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">にゅうめん</p>	エネルギー	550	Kcal	たんぱく質	21.8	g	脂質	16.8	g	<p style="text-align: center;"><b>11</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん ポークビーンズ ちりめんともやしのサラダ</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">544</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">20.3</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">12.1</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">ジャムサンド</p>	エネルギー	544	Kcal	たんぱく質	20.3	g	脂質	12.1	g	<p style="text-align: center;"><b>12</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん 炒り鶏 じゃが芋のみそ汁</p> <p style="text-align: center; color: red;">※もも おにぎり</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">410</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">12.8</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">4.7</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">みつだんご</p>	エネルギー	410	Kcal	たんぱく質	12.8	g	脂質	4.7	g	<p style="text-align: center;"><b>13</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん 親子煮 油揚げともやしのみそ汁・果物</p> <p style="text-align: center; color: red;">※あか お弁当</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">563</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">20.8</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">16.9</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">焼きドーナツ</p>	エネルギー	563	Kcal	たんぱく質	20.8	g	脂質	16.9	g	<p style="text-align: center;"><b>14</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん チーズハンバーグ レタス 彩り野菜スープ</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">520</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">18.8</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">12.2</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">パン</p>	エネルギー	520	Kcal	たんぱく質	18.8	g	脂質	12.2	g	<p style="text-align: center;"><b>15</b></p> <p style="text-align: center; color: red; font-size: 1.2em;">家族参観</p>									
エネルギー	550	Kcal																																																									
たんぱく質	21.8	g																																																									
脂質	16.8	g																																																									
エネルギー	544	Kcal																																																									
たんぱく質	20.3	g																																																									
脂質	12.1	g																																																									
エネルギー	410	Kcal																																																									
たんぱく質	12.8	g																																																									
脂質	4.7	g																																																									
エネルギー	563	Kcal																																																									
たんぱく質	20.8	g																																																									
脂質	16.9	g																																																									
エネルギー	520	Kcal																																																									
たんぱく質	18.8	g																																																									
脂質	12.2	g																																																									
<p style="text-align: center;"><b>17</b></p> <p style="text-align: center;">高野豆腐のそぼろごはん 野菜のごま酢和え わかめのみそ汁</p> <p style="text-align: center; color: red;">※1号 代休</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">542</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">19.3</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">13.8</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">蒸しパン</p>	エネルギー	542	Kcal	たんぱく質	19.3	g	脂質	13.8	g	<p style="text-align: center;"><b>18</b></p> <p style="text-align: center;">食パン 鶏とマカロニのクリームシチュー アスパラのみそ味サラダ</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">544</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">19.3</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">11.7</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">おにぎり(わかめ)</p>	エネルギー	544	Kcal	たんぱく質	19.3	g	脂質	11.7	g	<p style="text-align: center;"><b>19</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん 豚肉とコーンの変わり揚げ・レタス 青梗菜ときこのスープ</p> <p style="text-align: center; color: red;">※あか お弁当</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">505</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">16.8</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">16.7</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">じゃがいも餅</p>	エネルギー	505	Kcal	たんぱく質	16.8	g	脂質	16.7	g	<p style="text-align: center;"><b>20</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん 焼き魚・刻み昆布の炒め煮 三色みそ汁・果物</p> <p style="text-align: center; color: red;">※あお お弁当</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">421</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">16.5</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">9.7</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">お好み焼き</p>	エネルギー	421	Kcal	たんぱく質	16.5	g	脂質	9.7	g	<p style="text-align: center;"><b>21</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん ツナ入り卵焼き・おひたし わかめスープ</p> <p style="text-align: center; color: red;">※もも おにぎり</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">469</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">17.6</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">11.4</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">しらすチーズトースト</p>	エネルギー	469	Kcal	たんぱく質	17.6	g	脂質	11.4	g	<p style="text-align: center;"><b>22</b></p> <p style="text-align: center;">和風スパゲティー 果物 ミニゼリー</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">470</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">18.9</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">13.0</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">パン</p>	エネルギー	470	Kcal	たんぱく質	18.9	g	脂質	13.0	g
エネルギー	542	Kcal																																																									
たんぱく質	19.3	g																																																									
脂質	13.8	g																																																									
エネルギー	544	Kcal																																																									
たんぱく質	19.3	g																																																									
脂質	11.7	g																																																									
エネルギー	505	Kcal																																																									
たんぱく質	16.8	g																																																									
脂質	16.7	g																																																									
エネルギー	421	Kcal																																																									
たんぱく質	16.5	g																																																									
脂質	9.7	g																																																									
エネルギー	469	Kcal																																																									
たんぱく質	17.6	g																																																									
脂質	11.4	g																																																									
エネルギー	470	Kcal																																																									
たんぱく質	18.9	g																																																									
脂質	13.0	g																																																									
<p style="text-align: center;"><b>24</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん はんぺんフライ スパゲティーサラダ のりスープ</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">444</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">10.2</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">16.7</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">バリバリ焼き</p>	エネルギー	444	Kcal	たんぱく質	10.2	g	脂質	16.7	g	<p style="text-align: center;"><b>25</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん 豚肉のケチャップ炒め 豆腐と麺のみそ汁・果物</p> <p style="text-align: center; color: red;">※交流保育</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">529</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">18.8</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">20.9</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">アメリカンドッグ風</p>	エネルギー	529	Kcal	たんぱく質	18.8	g	脂質	20.9	g	<p style="text-align: center;"><b>26</b></p> <p style="text-align: center;">ごはん 五目旨煮 キャベツのみそ汁</p> <p style="text-align: center; color: red;">※あお おにぎり/もも 給食参観</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">419</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">18.7</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">7.3</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">千千ミ</p>	エネルギー	419	Kcal	たんぱく質	18.7	g	脂質	7.3	g	<p style="text-align: center;"><b>27</b></p> <div style="border: 2px solid orange; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center; color: orange;"> <p style="font-size: 1.2em; margin: 0;">お誕生会 お楽しみメニュー</p> </div> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">478</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">17.8</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">14.6</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">大豆と小魚のかりかり</p>	エネルギー	478	Kcal	たんぱく質	17.8	g	脂質	14.6	g	<p style="text-align: center;"><b>28</b></p> <p style="text-align: center;">カレーライス ツナサラダ フルーチェ(幼児)・果物(乳児)</p> <p style="text-align: center; color: red;">※カレーパーティー</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">534</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">17.1</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">15.7</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">きな粉トースト</p>	エネルギー	534	Kcal	たんぱく質	17.1	g	脂質	15.7	g	<p style="text-align: center;"><b>29</b></p> <p style="text-align: center;">千キンライス ポテトスープ 果物</p> <table border="0" style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>エネルギー</td><td style="text-align: right;">533</td><td style="text-align: right;">Kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td style="text-align: right;">17.7</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td style="text-align: right;">12.9</td><td style="text-align: right;">g</td></tr> </table> <p style="text-align: center; color: green;">パン</p>	エネルギー	533	Kcal	たんぱく質	17.7	g	脂質	12.9	g
エネルギー	444	Kcal																																																									
たんぱく質	10.2	g																																																									
脂質	16.7	g																																																									
エネルギー	529	Kcal																																																									
たんぱく質	18.8	g																																																									
脂質	20.9	g																																																									
エネルギー	419	Kcal																																																									
たんぱく質	18.7	g																																																									
脂質	7.3	g																																																									
エネルギー	478	Kcal																																																									
たんぱく質	17.8	g																																																									
脂質	14.6	g																																																									
エネルギー	534	Kcal																																																									
たんぱく質	17.1	g																																																									
脂質	15.7	g																																																									
エネルギー	533	Kcal																																																									
たんぱく質	17.7	g																																																									
脂質	12.9	g																																																									

※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。