

# 11月

## 給食献立表

令和6年 静岡なかほら幼稚園



今月の牛乳  
11日(月)・18日(月)・25(月)

月	火	水	木	金 1	土 2
				ごはん がんもどきの含め煮 みそ汁 ※幼児 秋の遠足 エネルギー 444 Kcal たんぱく質 13.3 g 脂質 8.9 g	千キンライス オニオンスープ 果物 エネルギー 323 Kcal たんぱく質 10.4 g 脂質 4.6 g
				みぞまんじゅう(蒸しパン風)	パン
4	5	6	7	8	9
振替休日	ごはん 白身魚のきのこマヨ シタス ころころスープ エネルギー 450 Kcal たんぱく質 15.0 g 脂質 15.5 g カップケーキ	中華おこわ ハムと大根の甘酢和え わかめスープ エネルギー 512 Kcal たんぱく質 14.7 g 脂質 12.2 g 大学芋	お誕生会 お楽しみメニュー エネルギー 531 Kcal たんぱく質 16.0 g 脂質 19.6 g アメリカンドッグ風	ごはん 五目旨煮 野菜のみそ汁 ※もも・あおぐみ お弁当 エネルギー 354 Kcal たんぱく質 13.7 g 脂質 6.4 g パリパリ焼き	和風スパゲティー 果物 ミニゼリー エネルギー 353 Kcal たんぱく質 14.2 g 脂質 7.8 g パン
11	12	13	14	15	16
カレーライス 白菜サラダ 果物 エネルギー 578 Kcal たんぱく質 19.0 g 脂質 21.4 g 焼きそば	ごはん ポトフ マカロニサラダ ※もも・あおぐみ お弁当/あかくみ おにぎり エネルギー 479 Kcal たんぱく質 16.3 g 脂質 13.4 g スイートポテト	ごはん 麻婆豆腐 キャベツとコーンのサラダ エネルギー 454 Kcal たんぱく質 14.6 g 脂質 20.2 g お謎ラスク	ごはん 里芋と豚肉のみそ煮 豆腐のすまし汁 エネルギー 430 Kcal たんぱく質 13.5 g 脂質 8.6 g ツナコーンフレッド	ごはん 鶏肉のカレー風味揚げ ポテトサラダ たまねぎのみそ汁 エネルギー 582 Kcal たんぱく質 17.1 g 脂質 22.3 g グリーンティーケーキ	五目うどん 果物 ミニゼリー エネルギー 322 Kcal たんぱく質 12.7 g 脂質 4.6 g パン
18	19	20	21	22	23
肉みそスパゲティー コンソメスープ エネルギー 573 Kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 13.4 g チャーハン風おにぎり	ごはん 豚肉のケチャップ炒め じゃが芋と青菜のスープ エネルギー 469 Kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 10.8 g 安倍川マカロニ	高野豆腐のどぼろごはん 納豆サラダ のりスープ ※子育てフェア エネルギー 556 Kcal たんぱく質 18.2 g 脂質 22.0 g ごまスティック	ごはん 鶏の照り焼き・切干大根の甘煮 三色みそ汁・果物 ※幼児 お弁当 エネルギー 365 Kcal たんぱく質 9.4 g 脂質 5.4 g ポップコーン(おせんべい)	ハヤシライス ツナサラダ ミニゼリー エネルギー 435 Kcal たんぱく質 16.5 g 脂質 12.3 g しらすチーズトースト	勤労感謝の日
25	26	27	28	29	30
大豆入りじゃごごはん 三色おひたし 豚汁 エネルギー 455 Kcal たんぱく質 16.8 g 脂質 8.5 g ジャムサンド	ごはん 五目きんぴら 豆腐とわかめのみそ汁 エネルギー 516 Kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 12.1 g チーズパン	焼きそば わかめスープ ※幼児 発表会 エネルギー 556 Kcal たんぱく質 23.9 g 脂質 17.2 g 手作りクッキー	ごはん 魚のおろしソース・野菜炒め 白菜スープ 果物 エネルギー 460 Kcal たんぱく質 12.9 g 脂質 10.7 g ふかしいも	ごはん 田舎煮 豆腐とキャベツのすまし汁 エネルギー 459 Kcal たんぱく質 15.8 g 脂質 8.3 g にゅうめん	スパゲティーカレーかけ 果物 ミニゼリー エネルギー 296 Kcal たんぱく質 12.0 g 脂質 7.3 g 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。