

2月

給食献立表

令和7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>今月の牛乳 3日(月)・10日(月)・17(月)</p> </div>						<p>1 チャーハン 青梗菜ときのこのスープ 果物</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>340</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>10.0</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>8.9</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>パン</p>	エネルギー	340	Kcal	たんぱく質	10.0	g	脂質	8.9	g																																												
エネルギー	340	Kcal																																																									
たんぱく質	10.0	g																																																									
脂質	8.9	g																																																									
3	4	5	6	7	8																																																						
<p>カレーライス マカロニサラダ</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>596</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>16.8</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>22.1</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>バターポテト</p>	エネルギー	596	Kcal	たんぱく質	16.8	g	脂質	22.1	g	<p>お誕生会 お楽しみメニュー</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>488</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>12.8</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>15.5</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>ミニピザ</p>	エネルギー	488	Kcal	たんぱく質	12.8	g	脂質	15.5	g	<p>ごはん じゃが芋の含め煮 豆腐とえのきのみそ汁 ※あおぐみ お弁当</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>470</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>14.5</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>9.6</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>焼きドーナツ</p>	エネルギー	470	Kcal	たんぱく質	14.5	g	脂質	9.6	g	<p>ごはん 白菜のクリーム煮 ツナサラダ</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>520</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>16.7</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>11.7</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>チャーハン風おにぎり</p>	エネルギー	520	Kcal	たんぱく質	16.7	g	脂質	11.7	g	<p>スパゲティ・ミートソース キャベツとコーンのサラダ</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>441</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>14.8</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>15.3</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>じゃがいも餅</p>	エネルギー	441	Kcal	たんぱく質	14.8	g	脂質	15.3	g	<p>焼きそば ミニゼリー 果物</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>546</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>19.7</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>10.5</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>パン</p>	エネルギー	546	Kcal	たんぱく質	19.7	g	脂質	10.5	g
エネルギー	596	Kcal																																																									
たんぱく質	16.8	g																																																									
脂質	22.1	g																																																									
エネルギー	488	Kcal																																																									
たんぱく質	12.8	g																																																									
脂質	15.5	g																																																									
エネルギー	470	Kcal																																																									
たんぱく質	14.5	g																																																									
脂質	9.6	g																																																									
エネルギー	520	Kcal																																																									
たんぱく質	16.7	g																																																									
脂質	11.7	g																																																									
エネルギー	441	Kcal																																																									
たんぱく質	14.8	g																																																									
脂質	15.3	g																																																									
エネルギー	546	Kcal																																																									
たんぱく質	19.7	g																																																									
脂質	10.5	g																																																									
10	11	12	13	14	15																																																						
<p>ハヤシライス シルバーサラダ</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>631</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>15.6</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>20.7</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>大学芋</p>	エネルギー	631	Kcal	たんぱく質	15.6	g	脂質	20.7	g	<p>建国記念の日</p>	<p>中華風おこわ 中華コーンスープ ハムと大根の甘酢和え</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>477</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>18.3</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>12.7</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>ジャムサンド</p>	エネルギー	477	Kcal	たんぱく質	18.3	g	脂質	12.7	g	<p>パン コンソメスープ(乳児のみ)</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>402</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>16.4</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>13.3</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>安倍川マカロニ</p>	エネルギー	402	Kcal	たんぱく質	16.4	g	脂質	13.3	g	<p>おにぎり から揚げ・フロッキー ミニゼリー みそ汁(乳児のみ)</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>527</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>14.8</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>11.6</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>ポックスコーン</p>	エネルギー	527	Kcal	たんぱく質	14.8	g	脂質	11.6	g	<p>ツナとほろごはん 大根のみそ汁 果物</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>349</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>12.6</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>10.7</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>パン</p>	エネルギー	349	Kcal	たんぱく質	12.6	g	脂質	10.7	g									
エネルギー	631	Kcal																																																									
たんぱく質	15.6	g																																																									
脂質	20.7	g																																																									
エネルギー	477	Kcal																																																									
たんぱく質	18.3	g																																																									
脂質	12.7	g																																																									
エネルギー	402	Kcal																																																									
たんぱく質	16.4	g																																																									
脂質	13.3	g																																																									
エネルギー	527	Kcal																																																									
たんぱく質	14.8	g																																																									
脂質	11.6	g																																																									
エネルギー	349	Kcal																																																									
たんぱく質	12.6	g																																																									
脂質	10.7	g																																																									
17	18	19	20	21	22																																																						
<p>ごはん 里芋と豚肉のみそ煮 おひたし</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>464</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>15.4</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>13.6</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>ラスク</p>	エネルギー	464	Kcal	たんぱく質	15.4	g	脂質	13.6	g	<p>ごはん 豚肉のケチャップ炒め 白菜スープ ミニゼリー</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>416</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>16.7</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>11.1</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>チーズポテト</p>	エネルギー	416	Kcal	たんぱく質	16.7	g	脂質	11.1	g	<p>ごはん 生揚げの卵とじ さつまいものみそ汁 ※もも・お弁当/あおぐみ おにぎり</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>522</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>19.7</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>15.0</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>焼きそば</p>	エネルギー	522	Kcal	たんぱく質	19.7	g	脂質	15.0	g	<p>ごはん おでん ごまあえ</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>474</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>19.6</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>9.0</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>焼き豚入り蒸しパン</p>	エネルギー	474	Kcal	たんぱく質	19.6	g	脂質	9.0	g	<p>ごはん 魚のオーロラソースかけ・納豆サラダ 野菜スープ ※あかぐみ お弁当/あおぐみ 給食参観</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>462</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>10.5</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>11.6</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>茶巾しほり</p>	エネルギー	462	Kcal	たんぱく質	10.5	g	脂質	11.6	g	<p>五目うどん ミニゼリー 果物</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>343</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>14.9</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>7.2</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>パン</p>	エネルギー	343	Kcal	たんぱく質	14.9	g	脂質	7.2	g
エネルギー	464	Kcal																																																									
たんぱく質	15.4	g																																																									
脂質	13.6	g																																																									
エネルギー	416	Kcal																																																									
たんぱく質	16.7	g																																																									
脂質	11.1	g																																																									
エネルギー	522	Kcal																																																									
たんぱく質	19.7	g																																																									
脂質	15.0	g																																																									
エネルギー	474	Kcal																																																									
たんぱく質	19.6	g																																																									
脂質	9.0	g																																																									
エネルギー	462	Kcal																																																									
たんぱく質	10.5	g																																																									
脂質	11.6	g																																																									
エネルギー	343	Kcal																																																									
たんぱく質	14.9	g																																																									
脂質	7.2	g																																																									
24	25	26	27	28																																																							
<p>振替休日</p>	<p>ごはん 五目炒り豆腐 しめじとキャベツのみそ汁</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>527</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>23.2</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>15.3</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>ツナコーンスレッド</p>	エネルギー	527	Kcal	たんぱく質	23.2	g	脂質	15.3	g	<p>ごはん 八宝菜 中華風和え物</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>423</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>10.3</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>9.5</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>さつまいもと小魚のカリカリ</p>	エネルギー	423	Kcal	たんぱく質	10.3	g	脂質	9.5	g	<p>高野豆腐のとほろごはん 粉ふき芋 もやしスープ ※交流保育</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>516</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>15.5</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>18.4</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>しらすチーズトースト</p>	エネルギー	516	Kcal	たんぱく質	15.5	g	脂質	18.4	g	<p>ごはん 煮魚・キャベツの甘酢和え いも煮汁 ※幼児 おにぎり</p> <table border="0"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>493</td> <td>Kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>23.4</td> <td>g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>7.2</td> <td>g</td> </tr> </table> <p>お好み焼き</p>	エネルギー	493	Kcal	たんぱく質	23.4	g	脂質	7.2	g																			
エネルギー	527	Kcal																																																									
たんぱく質	23.2	g																																																									
脂質	15.3	g																																																									
エネルギー	423	Kcal																																																									
たんぱく質	10.3	g																																																									
脂質	9.5	g																																																									
エネルギー	516	Kcal																																																									
たんぱく質	15.5	g																																																									
脂質	18.4	g																																																									
エネルギー	493	Kcal																																																									
たんぱく質	23.4	g																																																									
脂質	7.2	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。