

3月

給食献立表

令和7年 静岡なかほら幼稚園

月 3	火 4	水 5	木 6	金 7	土 8
ちらし寿司 おひたし わかめのすまし汁  エネルギー 459 Kcal たんぱく質 12.3 g 脂 質 8.6 g コーンフレークおこし	カレーライス ツナサラダ エネルギー 450 Kcal たんぱく質 11.7 g 脂 質 15.5 g ジャムサンド	お誕生会 お楽しみメニュー エネルギー 437 Kcal たんぱく質 15.5 g 脂 質 12.7 g ラスク	ごはん 豆腐の中華煮 はるさめサラダ エネルギー 488 Kcal たんぱく質 17.4 g 脂 質 11.8 g 甘納豆蒸しパン	ごはん ポークビーンズ フレンチサラダ ※幼児 お弁当 エネルギー 390 Kcal たんぱく質 12.3 g 脂 質 7.9 g ポップコーン	大掃除
10	11	12	13	14	15
食パン ポテトクリームシチュー マカロニサラダ エネルギー 528 Kcal たんぱく質 17.9 g 脂 質 15.6 g おにぎり (かつお)	ごはん ハンバーグ・レタス ころころスープ ※青組を送る会 エネルギー 464 Kcal たんぱく質 17.2 g 脂 質 13.0 g 安倍川マカロニ	ごはん 豚肉とちくわのみそからめ 野菜のすまし汁 エネルギー 391 Kcal たんぱく質 13.6 g 脂 質 10.0 g お麩ラスク	ごはん ささみのフライ スパゲティーサラダ オニオンスープ エネルギー 434 Kcal たんぱく質 12.0 g 脂 質 13.7 g スティックパン	卒園式	スパゲティーナポリタン ミニゼリー 果物 エネルギー 404 Kcal たんぱく質 10.5 g 脂 質 14.2 g パン
17	18	19	20	21	22
ごはん 焼き肉 ハンサンスー ※修了式 エネルギー 556 Kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 18.9 g アップルヨーグルトケーキ	ごはん 魚のムニエル レタス かぼちゃのみそ汁 エネルギー 567 Kcal たんぱく質 18.3 g 脂 質 18.3 g おはぎ風	ごはん 煮込みおでん こまつなの磯和え エネルギー 428 Kcal たんぱく質 18.3 g 脂 質 3.8 g にゅうめん	春分の日	ごはん 鶏肉のカレー風味揚げ レタス 野菜スープ エネルギー 569 Kcal たんぱく質 14.7 g 脂 質 24.4 g ごまスティック	さけごはん さつまい 果物 エネルギー 342 Kcal たんぱく質 14.0 g 脂 質 5.1 g パン
24	25	26	27	28	29
焼うどん のりスープ エネルギー 337 Kcal たんぱく質 14.6 g 脂 質 8.6 g ホットケーキ	ごはん 生揚げの五目煮 おひたし エネルギー 483 Kcal たんぱく質 17.3 g 脂 質 13.5 g オニオンフレッド	ごはん 鶏の照り焼き ひじきとツナの煮物 大根のみそ汁 エネルギー 386 Kcal たんぱく質 10.9 g 脂 質 11.7 g スティックポテト	ごはん 白身魚のごまみそ焼き フロッコリー・ゆでにんじん 野菜汁 エネルギー 446 Kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 7.9 g お好み焼き	ごはん 豚肉と野菜の卵炒め ビーフン入りスープ エネルギー 422 Kcal たんぱく質 15.2 g 脂 質 14.1 g きな粉トースト	ケチャップライス 野菜スープ 果物 エネルギー 394 Kcal たんぱく質 9.2 g 脂 質 16.0 g パン
31	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>今月の牛乳 3日 (月) ・ 17日 (月) ・ 24 (月) ・ 31 (月)</p> </div>				
照り焼き丼 三色みそ汁 エネルギー 536 Kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 14.4 g コーン入りマフィン					



※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。