

5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
			1	2	3
 今月の牛乳 7日(水)・12(月)・15日(木) 19日(月)・22日(木)・26日(月) 29日(木)			茶めし 生鮭のきこ焼 豆腐と麩のみそ汁 エネルギー 420 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 11.1 g スティックポテト	こいのぼりライス 彩り野菜スープ  エネルギー 530 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 11.7 g 安倍川マカロニ	憲法記念日
5	6	7	8	9	
こどもの日	振替休日	照り焼き丼 ころころスープ 果物 エネルギー 494 kcal たんぱく質 26.9 g 脂 質 12.4 g 千奇ミ	ごはん ちくわの磯辺揚げ・野菜の即席漬け 五目みそ汁 ※あかぐみ おにぎり エネルギー 509 kcal たんぱく質 11.6 g 脂 質 16.1 g コーン入りマフィン	ごはん チャプスイ 中華風和え物 ※もも・あかぐみ おにぎり エネルギー 493 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 13.0 g ピザトースト	そぼろごはん わかめのみそ汁 果物 エネルギー 408 kcal たんぱく質 17.0 g 脂 質 9.5 g パン
12	13	14	15	16	17
ドライカレー マカロニサラダ エネルギー 486 kcal たんぱく質 13.8 g 脂 質 10.7 g じゃがいも餅	ごはん 豆腐の中華煮 きゅうりもみ ※あかぐみ おべんとう エネルギー 525 kcal たんぱく質 18.5 g 脂 質 20.9 g 焼きアメリカンドッグ	ごはん 肉団子のあんかけ ハムときゅうりの甘酢和え ※あかぐみ おべんとう エネルギー 516 kcal たんぱく質 17.9 g 脂 質 18.2 g ジャムサンド	えんどう豆ごはん さわらのムニエル・レタス 野菜スープ エネルギー 620 kcal たんぱく質 24.8 g 脂 質 26.7 g 焼きそば	ごはん 豚肉とちくわのみそからめ きこのスープ ※ももぐみ おべんとう エネルギー 443 kcal たんぱく質 14.0 g 脂 質 12.0 g きな粉トースト	焼きうどん ヨーグルト 果物 エネルギー 370 kcal たんぱく質 15.5 g 脂 質 9.8 g パン
19	20	21	22	23	24
ごはん 麻婆豆腐 ツナの中華和え エネルギー 452 kcal たんぱく質 17.2 g 脂 質 16.6 g バリバリ焼き	ごはん 焼き魚・ひじきの煮物 三色みそ汁 エネルギー 418 kcal たんぱく質 15.9 g 脂 質 9.9 g 焼きドーナツ	お誕生会 お楽しみメニュー エネルギー 528 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 21.6 g 夕焼けおにぎり	ごはん はんぺんフライ こまつなごま和え キャベツのみそ汁 エネルギー 589 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 18.4 g 甘納豆煮しパン	ごはん ツナ玉のケチャップあんかけ はるさめサラダ ※ももぐみ おにぎり エネルギー 463 kcal たんぱく質 18.2 g 脂 質 13.5 g しらすチーズトースト	チャーハン わかめスープ 果物 エネルギー 541 kcal たんぱく質 15.6 g 脂 質 19.5 g パン
26	27	28	29	30	31
カレーライス スパゲティーサラダ エネルギー 607 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 17.7 g 五平餅	ごはん コーンフレークチキン・レタス ポテトスープ エネルギー 555 kcal たんぱく質 13.7 g 脂 質 18.1 g グリーンティーケーキ	ごはん ポテトのトマトソース焼き 豆乳コーンポタージュ ※あか・あかぐみ おにぎり エネルギー 520 kcal たんぱく質 11.2 g 脂 質 15.2 g ごまスティック	ごはん かみかみ揚げ・レタス たまねぎのみそ汁 エネルギー 476 kcal たんぱく質 12.4 g 脂 質 17.1 g ラスク	ごはん 生揚げの五目煮 ひじきサラダ ※親子遠足 エネルギー 464 kcal たんぱく質 17.9 g 脂 質 12.8 g ホットケーキ	あんかけ焼きそば 果物 ゼリー エネルギー 463 kcal たんぱく質 17.2 g 脂 質 9.4 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。