

9月

給食献立表



令和7年 静岡なかはら幼稚園

月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
ごはん 麻婆なす 中華風あえ物 エネルギー 436 Kcal たんぱく質 13.8 g 脂 質 15.6 g ポッスコーン	ごはん 豆腐の中華煮 たたききゅうり エネルギー 374 Kcal たんぱく質 14.2 g 脂 質 11.7 g お麴ラスク	ごはん ひき肉のみそ風味焼き・レタス 豆腐ときゃべつのすまし汁 ※あおぐみ お弁当 エネルギー 440 Kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 14.2 g チヂミ	ごはん 魚のラビゴットソース 彩り野菜スープ ※ももぐみ お弁当 エネルギー 513 Kcal たんぱく質 15.4 g 脂 質 17.5 g じゃがりこ風	さつま芋ごはん 炒り鶏 小松菜の磯和え 油揚げともやしのみそ汁 エネルギー 422 Kcal たんぱく質 16.1 g 脂 質 7.6 g ジャムサンド	冷やし中華 オレンジ ミニゼリー エネルギー 400 Kcal たんぱく質 18.3 g 脂 質 6.4 g パン
8	9	10	11	12	13
ハヤシライス マカロニサラダ エネルギー 567 Kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 24.6 g スティックポテト	ごはん 生揚げの五目煮 しめじとキャベツのみそ汁 ※幼児 お弁当 エネルギー 381 Kcal たんぱく質 14.1 g 脂 質 7.2 g みつだんご	ごはん 豚肉とちくわのみそからめ 豆腐入りかき玉汁 エネルギー 458 Kcal たんぱく質 15.8 g 脂 質 11.2 g かぼちゃのスコーン	ごはん 白身魚のムニエル 切干大根のごまマヨサラダ ビーフン入りスープ エネルギー 490 Kcal たんぱく質 14.8 g 脂 質 16.3 g しらすチーズトースト	ごはん はんぺんフライ ハム入りサラダ たまねぎのみそ汁 エネルギー 520 Kcal たんぱく質 15.4 g 脂 質 18.3 g オニオンフレッド	さけごはん 豆腐とわかめのみそ汁 オレンジ エネルギー 322 Kcal たんぱく質 13.6 g 脂 質 6.6 g パン
15	16	17	18	19	20
敬老の日	焼き肉丼 五目みそ汁 エネルギー 469 Kcal たんぱく質 18.5 g 脂 質 9.6 g おかかチーズおにぎり	ごはん 鶏の照り焼き・大豆の磯辺煮 さつま汁 ※あかぐみ お弁当 エネルギー 470 Kcal たんぱく質 16.0 g 脂 質 13.6 g カップケーキ	肉味噌スバゲティー 和風サラダ ※もも・あおぐみ お弁当 エネルギー 476 Kcal たんぱく質 19.9 g 脂 質 14.8 g きな粉クリームサンド	中華ちまき風 野菜の即席漬け わかめのみそ汁 エネルギー 405 Kcal たんぱく質 16.6 g 脂 質 9.2 g ホットケーキ	スパゲティーナポリタン オレンジ ヨーグルト エネルギー 426 Kcal たんぱく質 12.6 g 脂 質 14.4 g パン
22	23	24	25	26	27
ごはん 豚肉とコーンの変わり揚げ レタス きのこスープ エネルギー 660 Kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 30.3 g ボンテケーショ	秋分の日	ごはん 豚肉と野菜の卵炒め 豆腐とえのきのみそ汁 ※あかぐみ おにぎり エネルギー 347 Kcal たんぱく質 14.2 g 脂 質 8.7 g ジャムクラッカー	お誕生会 お楽しみメニュー エネルギー 535 Kcal たんぱく質 14.6 g 脂 質 19.8 g アッフルヨーグルトケーキ	カレーライス スパゲティーサラダ エネルギー 545 Kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 17.2 g フレンチトースト	そぼろごはん じゃがいものみそ汁 オレンジ エネルギー 393 Kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 9.9 g パン
29	30	今月の牛乳 1日(月)・4日(木)・8日(月)・11日(木) 18日(木)・22日(月)・25日(木)・29日(月)			
ごはん 焼き魚 切り干し大根の甘煮 三色みそ汁 エネルギー 486 Kcal たんぱく質 17.2 g 脂 質 10.1 g いも入り煮しパン	ごはん ささみのフライ・パンサンスー みそ汁 ※幼児 お弁当 エネルギー 473 Kcal たんぱく質 14.6 g 脂 質 15.3 g バリバリ焼き				

※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。