

11月

給食献立表



令和7年 静岡なかはら幼稚園

月	火	水	木	金	土
今月の牛乳 7日（金）・11日（火）・13日（木） 17日（月）・20日（木）・27日（木） 					1 チキンライス 彩り野菜スープ オレンジ エネルギー 439 Kcal たんぱく質 10.9 g 脂 質 13.8 g パン
3 文化の日 ごはん じゃがいもの含め煮 豆腐と麩のみそ汁 エネルギー 345 Kcal たんぱく質 12.9 g 脂 質 7.3 g しらすチーズトースト	4 ごはん じゃがいもの含め煮 豆腐と麩のみそ汁 エネルギー 345 Kcal たんぱく質 12.9 g 脂 質 7.3 g しらすチーズトースト	5 ごはん 五目旨煮 野菜のみそ汁 ※幼児 お弁当 エネルギー 425 Kcal たんぱく質 17.6 g 脂 質 7.4 g お好み焼き	6 お誕生会 お楽しみメニュー エネルギー 533 Kcal たんぱく質 20.6 g 脂 質 24.7 g グリーンティーケーキ	7 中華風ちまき ツナの中華和え 中華風野菜スープ エネルギー 426 Kcal たんぱく質 15.1 g 脂 質 11.6 g ふかしいも	8 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 412 Kcal たんぱく質 12.1 g 脂 質 14.2 g パン
10 ごはん はんぺんフライ・納豆サラダ かぼちゃのみそ汁 ※子育てフェア エネルギー 571 Kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 22.4 g ごまスティック	11 カレーライス 白菜サラダ エネルギー 521 Kcal たんぱく質 15.8 g 脂 質 21.8 g きな粉トースト	12 ごはん 里芋と豚肉のみそ煮 青菜と豆腐のすまし汁 ※もも・あおぐみ お弁当 エネルギー 339 Kcal たんぱく質 13.4 g 脂 質 7.1 g 肉まん	13 ごはん ポークビーンズ マカロニサラダ ※あかぐみ お弁当 エネルギー 635 Kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 18.0 g おにぎり（わかめ）	14 ごはん 鶏のからあげ レタス・ゆでにんじん はんぺんのすまし汁 エネルギー 400 Kcal たんぱく質 8.3 g 脂 質 8.4 g みそまんじゅう	15 五目うどん オレンジ セリー エネルギー 413 Kcal たんぱく質 10.1 g 脂 質 12.4 g パン
17 ごはん すき焼き風煮 キャベツの甘酢和え エネルギー 446 Kcal たんぱく質 17.6 g 脂 質 11.4 g ジャムサンド	18 スパゲティーカレーかけ ツナサラダ ※幼児 お弁当 エネルギー 481 Kcal たんぱく質 15.3 g 脂 質 15.3 g チャーハン風おにぎり	19 ごはん 五目きんぴら のりスープ 果物 エネルギー 411 Kcal たんぱく質 11.2 g 脂 質 9.0 g 蒸しパン	20 ごはん 魚のおろしソース 素揚げポテト 五目みそ汁 エネルギー 582 Kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 14.1 g にゅうめん	21 ごはん 麻婆豆腐 はるさめサラダ エネルギー 517 Kcal たんぱく質 18.3 g 脂 質 16.1 g ツナコーンスレッド	22 コーンバターライス じゃが芋と青菜のスープ オレンジ エネルギー 436 Kcal たんぱく質 8.2 g 脂 質 14.6 g パン
24 振替休日 ごはん 焼き肉 野菜のすまし汁 エネルギー 479 Kcal たんぱく質 16.3 g 脂 質 10.9 g スイートポテト	25 ごはん 焼き肉 野菜のすまし汁 エネルギー 479 Kcal たんぱく質 16.3 g 脂 質 10.9 g スイートポテト	26 ごはん ツナと卵の炒り豆腐 大根のみそ汁 ※幼児 お弁当 エネルギー 575 Kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 20.3 g コーン入りマフィン	27 ごはん 焼き魚 うの花の炒り煮 三色みそ汁 エネルギー 470 Kcal たんぱく質 13.6 g 脂 質 12.8 g れんごんののり塩揚げ	28 ごはん ちくわの磯辺揚げ スパゲティーサラダ ころころスープ エネルギー 553 Kcal たんぱく質 8.2 g 脂 質 21.6 g いももち（甘辛）	29 発表会

※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。