

令和7年度 給食予定表
10月

月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
		ポテトオムレツ 栄養きんぴら 豆乳みそ汁 麦茶 二色ゼリー 牛乳 エネルギー 616Kcal たんぱく質 22.2g 脂質 22.2g 炭水化物 88.5g 食塩相当量 1.5g	煮魚 チャブチエ風春雨 かきたま汁 麦茶 きな粉おはぎ 牛乳 エネルギー 607Kcal たんぱく質 24.3g 脂質 13.8g 炭水化物 99.6g 食塩相当量 1.9g	酢豚 ビビンバ バイン缶 麦茶 エネルギー 372Kcal たんぱく質 12.0g 脂質 9.1g 炭水化物 63.3g 食塩相当量 0.8g	ビスケット りんごジュース エネルギー 387Kcal たんぱく質 3.7g 脂質 17.5g 炭水化物 55.6g 食塩相当量 0.4g
6	7	8	9	10	11
凍り豆腐のふわふわ煮 切干ナムル バナナ 麦茶 おだんご 牛乳 エネルギー 562Kcal たんぱく質 19.8g 脂質 13.7g 炭水化物 93.7g 食塩相当量 1.7g	サバのオリーブ焼き ひじき煮 梨 麦茶 ホットドッグパン 牛乳 エネルギー 615Kcal たんぱく質 22.6g 脂質 27.1g 炭水化物 77.6g 食塩相当量 2.1g	チキンカチャトラ きのこサラダ オレンジ 麦茶 フライドポテト 牛乳 エネルギー 621Kcal たんぱく質 23.9g 脂質 23.2g 炭水化物 86.2g 食塩相当量 1.1g	野菜コロケ ツナと野菜のマリネ みそ汁 麦茶 米粉のいちごケーキ 牛乳 エネルギー 611Kcal たんぱく質 15.3g 脂質 17.4g 炭水化物 103.5g 食塩相当量 1.1g	大豆のチリコンカン カラフルサラダ コーンスープ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳 エネルギー 614Kcal たんぱく質 25.3g 脂質 18.5g 炭水化物 95.1g 食塩相当量 2.0g	パン・牛乳 バナナ おせんべい 牛乳 エネルギー 542Kcal たんぱく質 17.2g 脂質 18.4g 炭水化物 82.2g 食塩相当量 1.3g
13	14	15	16	17	18
	ハンバーグきのこソース おいもとおまめのサラダ バナナ 麦茶 小魚おやき 牛乳 エネルギー 648Kcal たんぱく質 26.5g 脂質 22.8g 炭水化物 90.4g 食塩相当量 2.1g	ファイバーカレー ブロッコリー和風マヨネーズ バナナ 麦茶 コッペパン 牛乳 エネルギー 596Kcal たんぱく質 18.1g 脂質 22.4g 炭水化物 88.4g 食塩相当量 1.7g	中華丼 もやしのナムル バイン缶 麦茶 やきもちのごまよごし 牛乳 エネルギー 567Kcal たんぱく質 20.1g 脂質 17.3g 炭水化物 86.6g 食塩相当量 1.7g	おでん バンバンジー 梨 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳 エネルギー 578Kcal たんぱく質 24.3g 脂質 16.8g 炭水化物 90.0g 食塩相当量 1.9g	パン・牛乳 バナナ おせんべい 牛乳 エネルギー 542Kcal たんぱく質 17.2g 脂質 18.4g 炭水化物 82.2g 食塩相当量 1.3g
20	21	22	23	24	25
かじぼて焼き 切り干しとアサリの炒り煮 ミルクスープ 麦茶 きなこあげぱん 牛乳 エネルギー 631Kcal たんぱく質 25.8g 脂質 22.6g 炭水化物 89.3g 食塩相当量 2.2g	白菜と油揚げの卵とじ ささみサラダ きのこのすまし汁 麦茶 たこ焼き 牛乳 エネルギー 595Kcal たんぱく質 31.5g 脂質 13.2g 炭水化物 91.6g 食塩相当量 2.3g	お菓子詰め合わせ りんごジュース エネルギー 208Kcal たんぱく質 1.3g 脂質 5.0g 炭水化物 40.6g 食塩相当量 0.2g	すきやき風煮 ブロッコリーごま和え バナナ 麦茶 おにぎり 牛乳 エネルギー 591Kcal たんぱく質 22.8g 脂質 11.7g 炭水化物 103.2g 食塩相当量 1.0g	納豆春巻き 大根のマリネ 梨 麦茶 焼き芋 牛乳 エネルギー 555Kcal たんぱく質 17.9g 脂質 14.8g 炭水化物 95.1g 食塩相当量 0.9g	ハンバーグ ポテトサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 637Kcal たんぱく質 22.0g 脂質 20.9g 炭水化物 96.7g 食塩相当量 1.5g
27	28	29	30	31	
厚揚げピザ じゃこサラダ さつまいもとごぼうの味噌汁 麦茶 二色サンドイッチ 牛乳 エネルギー 632Kcal たんぱく質 25.9g 脂質 20.7g 炭水化物 93.1g 食塩相当量 2.8g	吉野煮 小松菜のサラダ 麩とわかめのすまし汁 麦茶 ドーナツ 牛乳 エネルギー 547Kcal たんぱく質 20.3g 脂質 13.4g 炭水化物 92.5g 食塩相当量 2.0g	肉団子のもちもち蒸し 春雨サラダ バナナ 麦茶 焼きうどん 牛乳 エネルギー 584Kcal たんぱく質 21.5g 脂質 20.8g 炭水化物 83.5g 食塩相当量 1.7g	しらす入り厚焼き卵 揚げじゃがとブロッコリーのサラ りんご 麦茶 パンプキンケーキ 牛乳 エネルギー 597Kcal たんぱく質 20.0g 脂質 21.2g 炭水化物 88.4g 食塩相当量 1.6g	さけとほうれん草のグラタン まっくろくろすけサラダ バナナ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳 エネルギー 649Kcal たんぱく質 26.2g 脂質 20.7g 炭水化物 97.4g 食塩相当量 1.9g	

西横野保育園