

令和5年度 給食予定表
02月

月	火	水	木 1	金 2	土 3
			すきやき風煮 ブロッコリーのカレーマヨ和え バナナ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	いわしのムニエル ポテトサラダ りんご 麦茶 きな粉おはぎ 牛乳	チキンカツ ブロッコリーごま和え バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳
			エネルギー 587Kcal たんぱく質 25.3g 脂質 16.7g 炭水化物 90.7g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 624Kcal たんぱく質 17.6g 脂質 20.9g 炭水化物 98.1g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 599Kcal たんぱく質 23.6g 脂質 15.0g 炭水化物 97.1g 食塩相当量 0.6g
5	6	7	8	9	10
豆腐とエビのケチャップ煮 わかめとツナのサラダ りんご 麦茶 肉まん 牛乳	ポテトオムレツ ほうれんそう胡麻和え みかん 麦茶 おにぎり 牛乳	筑前煮 もやしとかにかまの群味和え かぼちゃスープ 麦茶 ふかし芋 牛乳	あさりとコーンのシチュー 切り干し大根ナポリタン バナナ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	さばのスパイシー焼き けんちん煮 みかん 麦茶 プリン・クラッカー 牛乳	パン・牛乳 バナナ おせんべい 牛乳
エネルギー 580Kcal たんぱく質 23.7g 脂質 17.7g 炭水化物 88.8g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 640Kcal たんぱく質 21.2g 脂質 15.2g 炭水化物 109.7g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 557Kcal たんぱく質 19.3g 脂質 13.2g 炭水化物 97.5g 食塩相当量 1.7g	エネルギー 607Kcal たんぱく質 21.6g 脂質 20.4g 炭水化物 93.1g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 598Kcal たんぱく質 22.7g 脂質 22.5g 炭水化物 81.9g 食塩相当量 1.6g	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
12	13	14	15	16	17
	みそ肉じゃが 切干ナムル みかん 麦茶 コーンフレーク・牛乳	ピザ春巻き ひじき煮 バナナ 麦茶 チョコフレンチトースト 牛乳	煮魚 ごぼうと豚肉の炒め煮 豆乳みそ汁 麦茶 アメリカンドッグ 牛乳	メンチカツ チーズサラダ ミネストローネ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	ハンバーグ ごぼうサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳
	エネルギー 606Kcal たんぱく質 20.4g 脂質 16.2g 炭水化物 101.2g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 637Kcal たんぱく質 23.4g 脂質 21.7g 炭水化物 92.6g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 597Kcal たんぱく質 31.0g 脂質 22.0g 炭水化物 73.0g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 599Kcal たんぱく質 23.1g 脂質 18.8g 炭水化物 91.5g 食塩相当量 2.1g	エネルギー 624Kcal たんぱく質 19.3g 脂質 19.1g 炭水化物 98.9g 食塩相当量 1.1g
19	20	21	22	23	24
ひじき入り厚焼き玉子 カラフルチンジャオロース 白菜のみそ汁 麦茶 じゃこ大豆ごはん 牛乳	魚のねぎ味噌チーズ焼き 栄養きんぴら きのこのすまし汁 麦茶 ドーナツ 牛乳	大豆のチリコンカン 小松菜の煮びたし みかん 麦茶 コッペパン 牛乳	チキンカレー ブロッコリーとしめじのサラダ バナナ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳		パン・牛乳 バナナ おせんべい 牛乳
エネルギー 632Kcal たんぱく質 26.6g 脂質 20.1g 炭水化物 87.9g 食塩相当量 2.6g	エネルギー 583Kcal たんぱく質 26.6g 脂質 15.9g 炭水化物 88.6g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 552Kcal たんぱく質 21.3g 脂質 17.4g 炭水化物 84.0g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 622Kcal たんぱく質 23.5g 脂質 22.3g 炭水化物 91.2g 食塩相当量 2.2g		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
26	27	28	29		
白身魚フライ パンパンジー にらたまスープ 麦茶 パンブキンケーキ 牛乳	高野豆腐のそぼろあん 春雨サラダ りんご 麦茶 焼きうどん 牛乳	さつまいもの和風グラタン にんじんのマリネサラダ みかん 麦茶 くろみつバナナ 牛乳	たまごのココット おいもとおまめのサラダ コーンスープ 麦茶 小魚おやき 牛乳		
エネルギー 588Kcal たんぱく質 21.7g 脂質 19.2g 炭水化物 85.8g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 584Kcal たんぱく質 22.0g 脂質 21.2g 炭水化物 82.4g 食塩相当量 1.7g	エネルギー 603Kcal たんぱく質 18.3g 脂質 19.3g 炭水化物 95.3g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 590Kcal たんぱく質 21.8g 脂質 18.2g 炭水化物 90.7g 食塩相当量 2.3g		

西横野保育園