

令和2年度 給食予定表
03月

月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
ビスケット・牛乳 筑前煮のケチャップ風味 じゃこサラダ 大根の味噌汁 麦茶 きなこあげばん 牛乳	ヨーグルト・麦茶 ドライカレー ブロッコリーとしめじのサラダ バナナ 麦茶 たい焼き 牛乳	おせんべい・牛乳 白菜と油揚げの卵とじ 栄養きんぴら クラムスープ 麦茶 ひなまつりケーキ 牛乳	Caウエハース・牛乳 菜の花ボール ちくわとほうれんそうのおろし和 いよかん 麦茶 コーンフレーク・牛乳	野菜ジュース・おせんべい 煮魚 まっくろくろすけサラダ 鶏ちゃんこ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	ビスケット・牛乳 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 582Kcal たんぱく質 19.1g 脂質 22.7g 炭水化物 73.9g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 534Kcal たんぱく質 18.7g 脂質 15.8g 炭水化物 78.9g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 551Kcal たんぱく質 19.7g 脂質 19.1g 炭水化物 73.2g 食塩相当量 1.7g	エネルギー 557Kcal たんぱく質 20.4g 脂質 14.1g 炭水化物 85.1g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 537Kcal たんぱく質 22.5g 脂質 12.7g 炭水化物 81.5g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 570Kcal たんぱく質 18.4g 脂質 20.7g 炭水化物 76.7g 食塩相当量 1.2g
8	9	10	11	12	13
Caウエハース・牛乳 ぎせい豆腐 かぼちゃサラダ 春野菜の味噌汁 麦茶 くろみつバナナ 牛乳	おせんべい・牛乳 親子丼 もやしとかにかまの酢味噌和え バナナ 麦茶 チーズ蒸しパン 牛乳	ヨーグルト・麦茶 納豆春巻き ひじき煮 いよかん 麦茶 おにぎり 牛乳	野菜ジュース・おせんべい さつまいものクリームシチュー 大根サラダ いちご 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	ビスケット・牛乳 お赤飯 豆腐入り松風焼き ちくわの磯辺揚げ ポテトサラダ いちご ショートケーキ	Caウエハース・牛乳 さばの味噌煮 ごぼうサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳
エネルギー 589Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 21.3g 炭水化物 79.2g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 550Kcal たんぱく質 22.9g 脂質 14.5g 炭水化物 80.3g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 583Kcal たんぱく質 21.7g 脂質 12.3g 炭水化物 95.7g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 548Kcal たんぱく質 19.8g 脂質 10.3g 炭水化物 92.2g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 641Kcal たんぱく質 24.4g 脂質 30.1g 炭水化物 68.0g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 542Kcal たんぱく質 16.2g 脂質 18.0g 炭水化物 76.6g 食塩相当量 1.1g
15	16	17	18	19	20
おせんべい・牛乳 豆腐とエビのケチャップ煮 もやしのナムル バナナ 麦茶 ドーナツ 牛乳	ビスケット・牛乳 鮭のちゃんちゃん焼き ピビンバ すまし汁 麦茶 ノンフライドポテト 牛乳	野菜ジュース・おせんべい スパナッツエッグ 切干大根の煮つけ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	Caウエハース・牛乳 吉野煮 ブロッコリーごま和え オレンジ 麦茶 プリンアラモード 牛乳	ヨーグルト・麦茶 ピザバーグ キャロットリポンのサラダ かきたま汁 麦茶 みたらしまカロニ 牛乳	
エネルギー 557Kcal たんぱく質 20.1g 脂質 15.1g 炭水化物 84.3g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 502Kcal たんぱく質 20.4g 脂質 15.6g 炭水化物 68.9g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 546Kcal たんぱく質 21.5g 脂質 12.7g 炭水化物 84.9g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 524Kcal たんぱく質 20.4g 脂質 15.1g 炭水化物 76.0g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 512Kcal たんぱく質 21.6g 脂質 14.5g 炭水化物 70.4g 食塩相当量 2.0g	
22	23	24	25	26	27
ヨーグルト・麦茶 和風スクランブルエッグ ひじきのマリネ オレンジ 麦茶 ヨーグルトのパフェ 牛乳	Caウエハース・牛乳 メンチカツ ゴマ酢和え 豆乳みそスープ 麦茶 ツナパン 牛乳	おせんべい・牛乳 サバのオリーブ焼き 小松菜の煮びたし かぼちゃスープ 麦茶 焼きうどん 牛乳	ビスケット・牛乳 ポークカレー チーズサラダ バナナ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	野菜ジュース・おせんべい 麻婆豆腐 春雨サラダ いちご 麦茶 チョコバナナ 牛乳	紅白餅
エネルギー 517Kcal たんぱく質 20.6g 脂質 12.7g 炭水化物 79.4g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 597Kcal たんぱく質 24.4g 脂質 20.5g 炭水化物 77.3g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 605Kcal たんぱく質 22.2g 脂質 26.0g 炭水化物 67.4g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 558Kcal たんぱく質 21.6g 脂質 16.8g 炭水化物 79.1g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 523Kcal たんぱく質 15.9g 脂質 12.3g 炭水化物 87.1g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 226Kcal たんぱく質 4.6g 脂質 0.5g 炭水化物 50.7g 食塩相当量 0.1g
29	30	31			
ビスケット・牛乳 ツナ入り炒り豆腐 ほうれんそう胡麻和え バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳	おせんべい・牛乳 豚肉と野菜味噌炒め ブロッコリーのカレーマヨ和え オレンジ 麦茶 おせんべい 牛乳	Caウエハース・牛乳 しらす入り厚焼き卵 ころころサラダ はるさめスープ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳			
エネルギー 544Kcal たんぱく質 17.7g 脂質 17.6g 炭水化物 78.1g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 574Kcal たんぱく質 18.4g 脂質 21.6g 炭水化物 74.8g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 564Kcal たんぱく質 26.2g 脂質 19.1g 炭水化物 70.0g 食塩相当量 2.6g			

西横野保育園