

令和3年度 給食予定表

04月

月	火	水	木 1	金 2	土 3
			ドライカレー このサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳	さばの味噌漬け焼き 小松菜のサラダ いちご 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	から揚げ ごぼうサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳
			エネルギー 608Kcal たんぱく質 17.6g 脂質 19.8g 炭水化物 90.0g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 575Kcal たんぱく質 21.5g 脂質 19.0g 炭水化物 76.7g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 602Kcal たんぱく質 18.8g 脂質 18.9g 炭水化物 86.9g 食塩相当量 1.0g
5	6	7	8	9	10
白身魚フライ ひじきのマリネ 春野菜の味噌汁 麦茶 ミルクくずもち 牛乳	クリームシチュー チーズサラダ バナナ 麦茶 マヨジャコトースト 牛乳	煮魚 ほうれんそう胡麻和え きのこのすまし汁 麦茶 あんまん 牛乳	麻婆豆腐 春雨サラダ オレンジ 麦茶 お花見だんご 牛乳	親子丼 じゃこサラダ さつま汁 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	メンチカツ ポテトサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳
エネルギー 578Kcal たんぱく質 21.0g 脂質 16.9g 炭水化物 84.7g 食塩相当量 1.7g	エネルギー 601Kcal たんぱく質 26.6g 脂質 17.3g 炭水化物 83.5g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 597Kcal たんぱく質 25.8g 脂質 12.3g 炭水化物 92.7g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 596Kcal たんぱく質 20.6g 脂質 14.5g 炭水化物 93.1g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 570Kcal たんぱく質 25.6g 脂質 13.5g 炭水化物 84.2g 食塩相当量 2.1g	エネルギー 600Kcal たんぱく質 17.8g 脂質 16.6g 炭水化物 93.9g 食塩相当量 1.4g
12	13	14	15	16	17
ハンバーグ 梅サラダ オレンジ 麦茶 ドーナツ 牛乳	かじきのトマトチーズ焼き 切り干しとアサリの炒り煮 玉ねぎの味噌汁 麦茶 たこ焼き 牛乳	ポークカレー コーンサラダ バナナ 麦茶 やきそば 牛乳	豆腐の中華煮 ビビンバ かきたま汁 麦茶 ごまホットケーキ 牛乳	ポテトオムレツ ブロッコリーごま和え 春野菜のふわふわ汁 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	ハンバーグ 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 599Kcal たんぱく質 19.9g 脂質 16.8g 炭水化物 91.1g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 596Kcal たんぱく質 29.4g 脂質 13.4g 炭水化物 86.0g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 589Kcal たんぱく質 19.0g 脂質 15.6g 炭水化物 90.8g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 604Kcal たんぱく質 21.3g 脂質 24.7g 炭水化物 72.3g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 579Kcal たんぱく質 23.9g 脂質 16.4g 炭水化物 82.1g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 598Kcal たんぱく質 19.5g 脂質 19.0g 炭水化物 86.6g 食塩相当量 1.3g
19	20	21	22	23	24
大豆のチリコンカン 小松菜とひじきの和え物 バナナ 麦茶 たい焼き 牛乳	肉じゃが 切干ナムル いちご 麦茶 おにぎり 牛乳	凍り豆腐のふわふわ煮 ブロッコリーのチーズ焼き わかめスープ 麦茶 くろみつバナナ 牛乳	野菜コロッケ パンパンジー ミルクスープ 麦茶 甘納豆蒸しパン 牛乳	かじぼて焼き かぼちゃサラダ 根菜豆乳みそ汁 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	照り焼きつくね ごぼうサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳
エネルギー 581Kcal たんぱく質 19.0g 脂質 15.5g 炭水化物 91.5g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 593Kcal たんぱく質 18.9g 脂質 11.6g 炭水化物 101.7g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 615Kcal たんぱく質 22.1g 脂質 25.9g 炭水化物 73.7g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 595Kcal たんぱく質 17.8g 脂質 15.6g 炭水化物 94.5g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 589Kcal たんぱく質 23.4g 脂質 18.3g 炭水化物 80.9g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 581Kcal たんぱく質 20.0g 脂質 16.1g 炭水化物 87.3g 食塩相当量 1.1g
26	27	28	29	30	
ひじき入り厚焼き玉子 キャベツさらだ ミネストローネ 麦茶 フルーツサンド 牛乳	五目豆 揚げじゃがとブロッコリーのサラ オレンジ 麦茶 ヨーグルト おせんべい	菜の花ボール ひじき煮 いちご 麦茶 かりんとう風味トースト 牛乳		鮭のタンドリー風 もやしとかにかまの酢味噌和え バナナ 麦茶 きなこあげぱん 牛乳	
エネルギー 561Kcal たんぱく質 18.8g 脂質 19.0g 炭水化物 77.7g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 574Kcal たんぱく質 17.1g 脂質 17.7g 炭水化物 85.6g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 614Kcal たんぱく質 21.2g 脂質 18.1g 炭水化物 89.5g 食塩相当量 2.5g		エネルギー 580Kcal たんぱく質 24.9g 脂質 16.1g 炭水化物 82.6g 食塩相当量 2.0g	

西横野保育園