令和6年度　給　食　予　定　表

05 月

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		スピナッツエッグ ひじきのマリネ いちご 麦茶 ぽりぽり小魚 牛乳 エネルギー 581Kcal たんぱく質 28.3g 脂　質 19.1g 炭水化物 80.6g 食塩相当量 2.1g	お好み焼き風豆腐ハンバーグ 小松菜の磯和え オレンジ 麦茶 コーンフレーク・牛乳 エネルギー 577Kcal たんぱく質 23.4g 脂　質 16.4g 炭水化物 88.6g 食塩相当量 2.2g		
6	7	8	9	10	11
	さばの味噌漬け焼き ひじき煮 いちご 麦茶 じゃがいもピザ 牛乳 エネルギー 583Kcal たんぱく質 24.3g 脂　質 25.0g 炭水化物 73.8g 食塩相当量 1.7g	納豆春巻き 切干ナムル オレンジ 麦茶 やきそば 牛乳 エネルギー 584Kcal たんぱく質 22.0g 脂　質 19.0g 炭水化物 88.3g 食塩相当量 1.3g	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	しらす入り炒り卵 バンバンジー 春野菜のふわふわ汁 麦茶 ぽりぽり小魚 牛乳 エネルギー 552Kcal たんぱく質 28.6g 脂　質 15.5g 炭水化物 80.3g 食塩相当量 2.1g	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
家郷豆腐 小松菜とひじきの和え物 オレンジ 麦茶 米粉のいちごケーキ 牛乳 エネルギー 622Kcal たんぱく質 20.1g 脂　質 15.6g 炭水化物 105.3g 食塩相当量 1.1g	煮魚 ポテトサラダ バナナ 麦茶 おにぎり 牛乳 エネルギー 632Kcal たんぱく質 24.5g 脂　質 15.9g 炭水化物 103.0g 食塩相当量 1.7g	メンチカツ 切り干しとアサリの炒り煮 野菜スープ 麦茶 ミルクくずもち 牛乳 エネルギー 585Kcal たんぱく質 22.4g 脂　質 18.0g 炭水化物 88.3g 食塩相当量 2.4g	他人丼 和風サラダ バナナ 麦茶 ぽりぽり小魚 牛乳 エネルギー 590Kcal たんぱく質 24.7g 脂　質 18.8g 炭水化物 86.8g 食塩相当量 1.4g	タコライス ジャコと野菜のサワー漬け オレンジ 野菜ときのこスープ マリトッツオ 牛乳 エネルギー 562Kcal たんぱく質 21.7g 脂　質 21.0g 炭水化物 77.9g 食塩相当量 3.2g	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
さけとほうれん草のグラタン かみかみ和え バナナ 麦茶 ヨーグルト・クッキー エネルギー 589Kcal たんぱく質 22.1g 脂　質 18.9g 炭水化物 87.4g 食塩相当量 1.8g	筑前煮のケチャップ風味 じゃこサラダ オレンジ 麦茶 もちもちチーズパン 牛乳 エネルギー 536Kcal たんぱく質 18.2g 脂　質 17.4g 炭水化物 81.6g 食塩相当量 2.0g	ひじき入り厚焼き玉子 チャプチェ風春雨 バナナ 麦茶 アメリカンドッグ 牛乳 エネルギー 565Kcal たんぱく質 20.8g 脂　質 21.8g 炭水化物 76.1g 食塩相当量 1.8g	カラフルチンジャオロース いわしときゅうりの和え物 ジュリアンスープ 麦茶 シーチキンピラフ 牛乳 エネルギー 607Kcal たんぱく質 21.1g 脂　質 16.7g 炭水化物 94.9g 食塩相当量 2.3g	五目豆 揚げじゃがとブロッコリーのサラ バナナ 麦茶 ぽりぽり小魚 牛乳 エネルギー 599Kcal たんぱく質 21.2g 脂　質 19.8g 炭水化物 93.0g 食塩相当量 1.4g	野菜コロッケ ごぼうサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 623Kcal たんぱく質 13.6g 脂　質 18.5g 炭水化物 105.5g 食塩相当量 0.9g
27	28	29	30	31	
かじきと大豆のトマト煮 栄養きんぴら きのこのすまし汁 麦茶 フライドポテト 牛乳 エネルギー 624Kcal たんぱく質 23.9g 脂　質 22.9g 炭水化物 88.0g 食塩相当量 2.2g	五目たまごとじ ちくわとほうれんそうのおろし和 オレンジ 麦茶 たこ焼き 牛乳 エネルギー 589Kcal たんぱく質 26.5g 脂　質 11.9g 炭水化物 97.9g 食塩相当量 1.9g	チキンカレー ブロッコリーのおかか和え バナナ 麦茶 バウムクーヘン 牛乳 エネルギー 612Kcal たんぱく質 19.0g 脂　質 22.0g 炭水化物 93.7g 食塩相当量 1.9g	豆腐の中華煮 春雨サラダ オレンジ 麦茶 コッペパン 牛乳 エネルギー 590Kcal たんぱく質 19.0g 脂　質 22.1g 炭水化物 83.5g 食塩相当量 1.5g	さばのみぞれ煮 かぼちゃサラダ ミネストローネ 麦茶 ぽりぽり小魚 牛乳 エネルギー 631Kcal たんぱく質 24.0g 脂　質 23.9g 炭水化物 88.8g 食塩相当量 1.9g	

西横野保育園