

令和7年度 給食予定表
07月

月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
	おせんべい・牛乳 吉野煮 なめたけ和え かぼちゃの豆乳みそ汁 麦茶 甘納豆蒸しパン 牛乳 エネルギー 535Kcal たんぱく質 22.3g 脂質 11.9g 炭水化物 92.0g 食塩相当量 2.0g	ヨーグルト・麦茶 スピナッツエッグ おいもとおまめのサラダ すいか 麦茶 七夕そうめん 牛乳 エネルギー 524Kcal たんぱく質 22.5g 脂質 14.2g 炭水化物 81.2g 食塩相当量 2.8g	Caウエハース・牛乳 高野豆腐のチャンプルー 揚げじゃがとブロッコリーのサラ バイン缶 麦茶 ヨーグルト・クッキー エネルギー 546Kcal たんぱく質 17.3g 脂質 21.1g 炭水化物 77.3g 食塩相当量 1.2g	おせんべい・牛乳 マーボーなす 春雨サラダ バナナ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳 エネルギー 535Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 14.4g 炭水化物 87.1g 食塩相当量 1.5g	Caウエハース・牛乳 パン・牛乳 バナナ おせんべい 牛乳 エネルギー 502Kcal たんぱく質 16.5g 脂質 18.2g 炭水化物 73.6g 食塩相当量 1.2g
7	8	9	10	11	12
ビスケット・牛乳 五目豆 ジャコと野菜のサワー漬け バナナ 麦茶 米粉のいちごケーキ 牛乳 エネルギー 539Kcal たんぱく質 17.2g 脂質 14.4g 炭水化物 90.9g 食塩相当量 1.4g	ヨーグルト・麦茶 野菜コロッセ ひじき煮 夏野菜あっさりスープ 麦茶 ツナパン 牛乳 エネルギー 506Kcal たんぱく質 18.9g 脂質 15.9g 炭水化物 76.7g 食塩相当量 2.0g	おせんべい・牛乳 たまごのココット 切干ナムル すいか 麦茶 コーンフレーク・牛乳 牛乳 エネルギー 519Kcal たんぱく質 19.7g 脂質 15.2g 炭水化物 80.7g 食塩相当量 1.7g	ビスケット・牛乳 中華丼 ピビンバ 星のスープ 麦茶 くろみつバナナ 牛乳 エネルギー 531Kcal たんぱく質 21.3g 脂質 20.7g 炭水化物 70.9g 食塩相当量 1.1g	おせんべい・牛乳 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃのセサミサラダ バナナ 麦茶 ぼりぼり小魚 シャーベット 牛乳 エネルギー 548Kcal たんぱく質 21.0g 脂質 12.0g 炭水化物 95.1g 食塩相当量 1.0g	Caウエハース・牛乳 パン・牛乳 バナナ おせんべい 牛乳 エネルギー 502Kcal たんぱく質 16.5g 脂質 18.2g 炭水化物 73.6g 食塩相当量 1.2g
14	15	16	17	18	19
おせんべい・牛乳 さばのみぞれ煮 パンバンジー パイナップル 麦茶 ドーナツ 牛乳 エネルギー 581Kcal たんぱく質 20.6g 脂質 21.7g 炭水化物 82.0g 食塩相当量 1.2g	ヨーグルト・麦茶 厚揚げそぼろ煮 きゅうりの酢の物 バナナ 麦茶 ホットドッグパン 牛乳 エネルギー 507Kcal たんぱく質 21.7g 脂質 17.5g 炭水化物 70.1g 食塩相当量 1.5g	ビスケット・牛乳 ツナ入り厚焼き玉子 なすとズッキーニの炒め物 トマトスープ 麦茶 とうもろこし 牛乳 エネルギー 540Kcal たんぱく質 21.5g 脂質 23.2g 炭水化物 67.1g 食塩相当量 1.5g	おせんべい・牛乳 納豆春巻き 梅サラダ オレンジ 麦茶 焼きうどん 牛乳 エネルギー 520Kcal たんぱく質 20.8g 脂質 20.2g 炭水化物 70.2g 食塩相当量 1.6g	ヨーグルト・麦茶 カレー肉じゃが 小松菜とひじきの和え物 きのこのすまし汁 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳 エネルギー 508Kcal たんぱく質 20.0g 脂質 15.1g 炭水化物 80.7g 食塩相当量 2.0g	納涼大会 エネルギー 0Kcal たんぱく質 0.0g 脂質 0.0g 炭水化物 0.0g 食塩相当量 0.0g
21	22	23	24	25	26
	ビスケット・牛乳 鶏肉と夏野菜のトマト煮 チーズサラダ パイナップル 麦茶 ホットケーキ 牛乳 エネルギー 508Kcal たんぱく質 24.8g 脂質 15.0g 炭水化物 75.1g 食塩相当量 1.6g	ヨーグルト・麦茶 他人丼 いわしときゅうりの和え物 みそ汁 麦茶 コッペパン 牛乳 エネルギー 499Kcal たんぱく質 22.6g 脂質 14.7g 炭水化物 72.8g 食塩相当量 1.6g	おせんべい・牛乳 ポークビーンズ ひじきのマリネ バナナ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳 エネルギー 535Kcal たんぱく質 22.1g 脂質 16.9g 炭水化物 81.1g 食塩相当量 1.3g	ビスケット・牛乳 枝豆ごはん 豆腐入り松風焼き キャベツさらだ すいか 麦茶 イチゴクレープ 牛乳 エネルギー 643Kcal たんぱく質 24.1g 脂質 21.6g 炭水化物 93.0g 食塩相当量 1.6g	Caウエハース・牛乳 白身魚フライ 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 566Kcal たんぱく質 18.7g 脂質 17.0g 炭水化物 89.2g 食塩相当量 1.0g
28	29	30	31		
おせんべい・牛乳 夏野菜カレー ブロッコリー和風マヨネーズ バナナ 麦茶 ゼリー・クラッカー 牛乳 エネルギー 509Kcal たんぱく質 18.1g 脂質 15.4g 炭水化物 82.6g 食塩相当量 1.4g	ヨーグルト・麦茶 豚肉うめしょうが焼き まっくろくろすけサラダ すいか 麦茶 マヨジャコトースト 牛乳 エネルギー 536Kcal たんぱく質 23.5g 脂質 20.8g 炭水化物 67.7g 食塩相当量 2.3g	ビスケット・牛乳 魚のコーンマヨネーズ焼き 栄養きんぴら ジュリアンスープ 麦茶 おにぎり 牛乳 エネルギー 553Kcal たんぱく質 20.5g 脂質 19.2g 炭水化物 79.7g 食塩相当量 1.6g	ヨーグルト・麦茶 高野豆腐のそぼろあん 鉄骨サラダ わかめスープ 麦茶 アメリカンドッグ 牛乳 エネルギー 552Kcal たんぱく質 21.9g 脂質 23.7g 炭水化物 67.9g 食塩相当量 1.7g		

西横野保育園