令和6年度　給　食　予　定　表

08 月

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
			チキンカチャトラ ポテトサラダ すいか 麦茶 枝豆ごはん 牛乳 エネルギー 610Kcal たんぱく質 28.0g 脂　質 15.5g 炭水化物 96.3g 食塩相当量 1.8g	五目たまごとじ にんじんのマリネサラダ バナナ 麦茶 ぽりぽり小魚 牛乳 エネルギー 553Kcal たんぱく質 22.1g 脂　質 14.0g 炭水化物 90.7g 食塩相当量 1.6g	メンチカツ ブロッコリーごま和え パイン缶 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 585Kcal たんぱく質 17.6g 脂　質 15.1g 炭水化物 99.1g 食塩相当量 1.1g
5	6	7	8	9	10
しらす入り厚焼き卵 五目豆 ビタミンAスープ 麦茶 きなこあげぱん 牛乳 エネルギー 588Kcal たんぱく質 26.3g 脂　質 20.4g 炭水化物 81.1g 食塩相当量 2.6g	ドライカレー ブロッコリーとしめじのサラダ オレンジ 麦茶 ドーナツ 牛乳 エネルギー 605Kcal たんぱく質 20.0g 脂　質 21.5g 炭水化物 89.9g 食塩相当量 1.3g	吉野煮 もやしとかにかまの酢味噌和え バナナ 麦茶 そうめん 牛乳 エネルギー 518Kcal たんぱく質 21.4g 脂　質 7.8g 炭水化物 96.3g 食塩相当量 3.2g	かじきのみそチーズソテー ラタトゥイユ すいか 麦茶 とうもろこし 牛乳 エネルギー 527Kcal たんぱく質 23.7g 脂　質 15.2g 炭水化物 80.1g 食塩相当量 1.3g	かぼちゃのそぼろあんかけ 三色彩りサラダ かきたま汁 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 581Kcal たんぱく質 18.8g 脂　質 17.5g 炭水化物 93.0g 食塩相当量 1.5g	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
12	13	14	15	16	17
	あじフライ ごぼうサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 611Kcal たんぱく質 18.8g 脂　質 15.5g 炭水化物 102.9g 食塩相当量 1.3g	ハンバーグ ブロッコリーのおかか和え オレンジ 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 584Kcal たんぱく質 20.7g 脂　質 16.7g 炭水化物 93.1g 食塩相当量 1.2g	さばのみぞれ煮 かぼちゃサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 620Kcal たんぱく質 19.5g 脂　質 20.9g 炭水化物 94.4g 食塩相当量 1.3g	野菜コロッケ 切干ナムル パイン缶 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 584Kcal たんぱく質 14.3g 脂　質 14.6g 炭水化物 104.0g 食塩相当量 1.3g	パン・牛乳 パイン缶 おせんべい 牛乳 エネルギー 541Kcal たんぱく質 17.0g 脂　質 18.4g 炭水化物 82.6g 食塩相当量 1.3g
19	20	21	22	23	24
かじきと大豆のトマト煮 まっくろくろすけサラダ 星のスープ 麦茶 フランクフルト 牛乳 エネルギー 612Kcal たんぱく質 28.2g 脂　質 32.2g 炭水化物 61.0g 食塩相当量 3.2g	から揚げ ツナと野菜のマリネ オレンジ 麦茶 コーンフレーク・牛乳 エネルギー 605Kcal たんぱく質 20.7g 脂　質 20.6g 炭水化物 88.1g 食塩相当量 1.6g	スピナッツエッグ 切り干しとアサリの炒り煮 みそ汁 麦茶 やきそば 牛乳 エネルギー 598Kcal たんぱく質 29.8g 脂　質 19.0g 炭水化物 84.0g 食塩相当量 2.7g	高野豆腐のそぼろあん 小松菜のサラダ パイン缶 麦茶 おにぎり 牛乳 エネルギー 583Kcal たんぱく質 21.1g 脂　質 14.1g 炭水化物 97.9g 食塩相当量 1.2g	夏野菜カレー チーズサラダ バナナ 麦茶 ぽりぽり小魚 牛乳 エネルギー 574Kcal たんぱく質 22.3g 脂　質 16.1g 炭水化物 93.7g 食塩相当量 1.9g	照り焼きつくね ごぼうサラダ パイン缶 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 599Kcal たんぱく質 22.0g 脂　質 17.2g 炭水化物 95.1g 食塩相当量 1.2g
26	27	28	29	30	31
チャプチェ風春雨 ビビンバ バナナ 麦茶 さつま蒸しパン 牛乳 エネルギー 524Kcal たんぱく質 16.7g 脂　質 11.9g 炭水化物 92.1g 食塩相当量 1.1g	豚肉うめしょうが焼き ひじき煮 豆乳みそ汁 麦茶 シャーベット ビスコ エネルギー 611Kcal たんぱく質 20.9g 脂　質 19.2g 炭水化物 90.9g 食塩相当量 1.9g	さばの味噌煮 夏野菜のチーズ焼き 梨 麦茶 ミルクくずもち 牛乳 エネルギー 633Kcal たんぱく質 22.5g 脂　質 28.6g 炭水化物 78.9g 食塩相当量 1.8g	中華風スキム卵焼き 変わりきんぴら クラムスープ 麦茶 マリトッツオ 牛乳 エネルギー 592Kcal たんぱく質 24.9g 脂　質 18.8g 炭水化物 85.8g 食塩相当量 2.3g	厚揚げピザ 中華サラダ パイン缶 麦茶 ぽりぽり小魚 牛乳 エネルギー 622Kcal たんぱく質 25.0g 脂　質 19.4g 炭水化物 93.8g 食塩相当量 1.8g	さばの味噌焼き ブロッコリーのおかか和え パイン缶 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 603Kcal たんぱく質 19.6g 脂　質 20.1g 炭水化物 92.4g 食塩相当量 0.9g

西横野保育園