

令和5年度 給食予定表

09月

月	火	水	木	金	土
				1	2
				かじきのみそチーズソテー ちくわとほうれんそうのおろし和 夏野菜あっさりスープ 麦茶 乾パン 牛乳	パン・牛乳 バナナ おせんべい 牛乳
				エネルギー 569Kcal たんぱく質 26.8g 脂質 16.1g 炭水化物 83.8g 食塩相当量 2.7g	エネルギー 588Kcal たんぱく質 18.7g 脂質 19.8g 炭水化物 89.5g 食塩相当量 1.5g
4	5	6	7	8	9
あさりとコーンのシチュー カラフルサラダ パイナップル 麦茶 パンキンケーキ 牛乳	家郷豆腐 春雨サラダ オレンジ 麦茶 コッペパン 牛乳	チキンカレー チーズサラダ オレンジ 麦茶 みたらしまカロニ 牛乳	しらす入り厚焼き卵 ラタトゥイユ 梨 麦茶 おにぎり 牛乳	野菜コロッケ 豚肉と野菜味噌炒め きのこのすまし汁 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	パン・牛乳 バナナ おせんべい 牛乳
エネルギー 616Kcal たんぱく質 17.6g 脂質 21.3g 炭水化物 96.4g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 576Kcal たんぱく質 21.1g 脂質 17.8g 炭水化物 87.1g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 543Kcal たんぱく質 20.5g 脂質 16.6g 炭水化物 85.4g 食塩相当量 2.6g	エネルギー 616Kcal たんぱく質 23.0g 脂質 15.0g 炭水化物 102.5g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 609Kcal たんぱく質 23.2g 脂質 20.6g 炭水化物 88.0g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 588Kcal たんぱく質 18.7g 脂質 19.8g 炭水化物 89.5g 食塩相当量 1.5g
11	12	13	14	15	16
鮭のちゃんちゃん焼き 切干大根のゴマズ和え トマトスープ 麦茶 フレンチトースト 牛乳	親子丼 ひじきの中華和え 梨 麦茶 たい焼き 牛乳	かぼちゃのそぼろあんかけ 和風サラダ ミルクスープ 麦茶 小魚おやき 牛乳	かじきと大豆のトマト煮 バンバンジー オレンジ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	ハヤシライス こふき芋 わかめとツナのサラダ 梨 シャーベット Caウエハース	ハンバーグ ごぼうサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳
エネルギー 586Kcal たんぱく質 30.1g 脂質 17.5g 炭水化物 82.9g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 546Kcal たんぱく質 21.1g 脂質 11.4g 炭水化物 95.0g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 555Kcal たんぱく質 21.3g 脂質 17.6g 炭水化物 86.1g 食塩相当量 1.7g	エネルギー 548Kcal たんぱく質 27.6g 脂質 13.9g 炭水化物 85.8g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 661Kcal たんぱく質 14.3g 脂質 19.4g 炭水化物 114.1g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 576Kcal たんぱく質 18.7g 脂質 16.0g 炭水化物 94.3g 食塩相当量 1.0g
18	19	20	21	22	23
	吉野煮 ほうれんそう胡麻和え クラムスープ 麦茶 ツナパン 牛乳	スピナッツエッグ かみかみ和え かぼちゃの豆乳みそ汁 麦茶 くろみつバナナ 牛乳	さばのごま照り焼き ポテトサラダ オレンジ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳	豆腐とエビのケチャップ煮 ビビンバ 梨 麦茶 ドーナツ 牛乳	
	エネルギー 592Kcal たんぱく質 26.2g 脂質 17.5g 炭水化物 90.2g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 611Kcal たんぱく質 28.7g 脂質 21.5g 炭水化物 81.3g 食塩相当量 2.6g	エネルギー 610Kcal たんぱく質 23.9g 脂質 26.3g 炭水化物 76.9g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 568Kcal たんぱく質 19.9g 脂質 14.8g 炭水化物 95.3g 食塩相当量 1.4g	
25	26	27	28	29	30
和風スクランブルエッグ ひじき煮 ぶどう 麦茶 たこ焼き 牛乳	シェパードパイ ブロッコリー和風マヨネーズ ぶどう 麦茶 コーンフレーク・牛乳	五目豆 かぼちゃのセサミサラダ バナナ 麦茶 シーチキンピラフ 牛乳	白身魚のコーンマヨネーズ焼き 切り干しとアサリの炒り煮 中華風豆腐のスープ 麦茶 きなこあげばん 牛乳	チキンカチャトラ ジャコと野菜のサワー漬け コーンスープ 麦茶 おだんご 牛乳	さばの味噌煮 マカロニサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳
エネルギー 605Kcal たんぱく質 26.6g 脂質 12.8g 炭水化物 100.0g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 611Kcal たんぱく質 20.5g 脂質 19.3g 炭水化物 96.0g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 591Kcal たんぱく質 18.2g 脂質 14.0g 炭水化物 104.9g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 591Kcal たんぱく質 27.4g 脂質 22.2g 炭水化物 75.8g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 605Kcal たんぱく質 27.8g 脂質 14.1g 炭水化物 97.6g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 618Kcal たんぱく質 20.3g 脂質 19.0g 炭水化物 96.1g 食塩相当量 1.6g

西横野保育園