



# 令和6年1月 献立表



認定こども園 新倉幼稚園

日付	献立名		栄養価	日付	献立名		栄養価
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)			昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	
4 木	ご飯 ささみかつ 切り干し大根の煮物 ベイクドポテト 味噌汁(ほうれん草とにんじん) 牛乳	○マンナビスケット ◎パンラスク	エネルギー 554kcal たんぱく質 23.8g 脂質 14.6g 炭水化物 88.5g 塩分 1.6g	19 金	玄米ご飯 三色そぼろ丼 ブロッコリーとツナのサラダ 味噌汁(小松菜、人参、えのき) 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎じゃがバターコーン	エネルギー 530kcal たんぱく質 23.1g 脂質 22.9g 炭水化物 63.5g 塩分 1.6g
5 金	玄米ご飯 ハヤシライス 三色ゴマサラダ パパロア 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎さつまいもバター煮	エネルギー 569kcal たんぱく質 19.5g 脂質 19.0g 炭水化物 87.1g 塩分 1.9g	22 月	きつねうどん さつまいもの天ぷら ウインナーブロッコリー炒め みかん 牛乳	○お野菜せんべい ◎じゃこトースト	エネルギー 596kcal たんぱく質 18.7g 脂質 22.9g 炭水化物 85.5g 塩分 1.8g
9 火	ご飯 コーンロquette ウインナーとパプリカ炒め ひじきと大豆の煮物 七草スープ(だいこん、かぶ) 牛乳	○たべっこ動物 ◎ジャムサンド 七草給食	エネルギー 518kcal たんぱく質 17.5g 脂質 14.2g 炭水化物 88.2g 塩分 1.8g	23 火	玄米ご飯 さばの味噌煮 ジャーマンポテト ひじきのナムル 味噌汁(えのき、わかめ) 牛乳	○たべっこ動物 ◎牛乳寒天	エネルギー 514kcal たんぱく質 20.3g 脂質 17.3g 炭水化物 77.1g 塩分 1.3g
10 水	玄米ご飯 さばの生姜醤油 ポテトサラダ ほうれん草とにんじんごま和え 味噌汁(キャベツ、厚揚げ) 牛乳	○ほしたべよ ◎ぶどうゼリー	エネルギー 500kcal たんぱく質 19.9g 脂質 20.1g 炭水化物 67.4g 塩分 1.2g	24 水	キャロットパン スパニッシュオムレツ キャベツとささみのサラダ パイン缶 コンソメスープ(もやし、ほうれん草) 牛乳	○ほしたべよ ◎おかかおにぎり	エネルギー 505kcal たんぱく質 21.5g 脂質 15.3g 炭水化物 75.7g 塩分 1.7g
11 木	玄米ご飯 焼肉 三色ナムル りんご わかめスープ(わかめ、長葱) 牛乳	○マンナビスケット ◎麩のラスク	エネルギー 521kcal たんぱく質 19.2g 脂質 19.7g 炭水化物 72.9g 塩分 1.7g	25 木	お弁当	○マンナビスケット ◎今川焼(カスタード)	エネルギー 530kcal たんぱく質 21.1g 脂質 18.1g 炭水化物 76.0g 塩分 1.7g
12 金	玄米ご飯 さわらの塩焼き 肉じゃが トマトの和え物 味噌汁(大根、しめじ) 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎バナナ	エネルギー 505kcal たんぱく質 21.1g 脂質 15.9g 炭水化物 75.0g 塩分 1.2g	26 金	玄米ご飯 麻婆丼 ブロッコリーとコーンのサラダ 中華スープ(小松菜、人参、卵) 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎ホットケーキ	エネルギー 530kcal たんぱく質 21.1g 脂質 18.1g 炭水化物 76.0g 塩分 1.7g
15 月	ご飯 メンチカツ ほうれん草ともやしのマヨサラダ さつまいもとりんご煮 味噌汁(豆腐、長ねぎ) 牛乳	○お野菜せんべい ◎ストロベリーゼリー	エネルギー 557kcal たんぱく質 19.8g 脂質 20.4g 炭水化物 80.3g 塩分 1.2g	29 月	ご飯 白身魚フライ ひじきとじゃが芋の煮物 スパゲティサラダ 味噌汁(豆腐、わかめ) 牛乳	○お野菜せんべい ◎にんじん米粉ケーキ	エネルギー 583kcal たんぱく質 23.8g 脂質 14.9g 炭水化物 94.0g 塩分 1.3g
16 火	バターロール かぼちゃのキッシュ 小松菜とツナのスパゲティ お楽しみゼリー ミネストローネ 牛乳	○たべっこ動物 ◎お好み焼き	エネルギー 560kcal たんぱく質 21.9g 脂質 16.8g 炭水化物 85.6g 塩分 1.8g	30 火	玄米ご飯 ポークカレー ブロッコリーとかにかまのサラダ ウインナーとピーマン炒め お誕生日ケーキ 牛乳	○たべっこ動物 ◎マカロニきな粉 お誕生日会	エネルギー 606kcal たんぱく質 22.7g 脂質 20.0g 炭水化物 92.4g 塩分 1.9g
17 水	玄米ご飯 鶏のから揚げ さつま揚げと野菜の煮物 きゅうりとかにかま酢の物 味噌汁(もやし、にんじん) 牛乳	○ほしたべよ ◎バナナ	エネルギー 513kcal たんぱく質 18.5g 脂質 17.4g 炭水化物 74.6g 塩分 1.3g	31 水	玄米ご飯 ほっけ塩焼き 高野豆腐の煮物 バナナ 味噌汁(はくさい、にんじん、油揚げ) 牛乳	○ほしたべよ ◎オレンジゼリー	エネルギー 506kcal たんぱく質 20.1g 脂質 13.5g 炭水化物 80.6g 塩分 1.4g
18 木	玄米ご飯 シルバーの煮つけ 厚揚げとキャベツみそ炒め みかん すまし汁(水菜、麩、にんじん) 牛乳	○マンナビスケット ◎ピザトースト	エネルギー 514kcal たんぱく質 24.4g 脂質 16.1g 炭水化物 72.1g 塩分 1.6g				

仕入れの都合等で献立を変更する場合がありますが、ご了承ください。