



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) | |
| 1 月 | 七夕お星さまそうめん ウインナーとパプリカ炒め ほしポテト お誕生日ケーキ 牛乳 七夕給食・誕生日会 | ○お野菜せんべい ◎キャロット蒸しパン | エネルギー 637kcal たんぱく質 20.6g 脂質 28.1g 炭水化物 82.7g 塩分 1.9g | 17 水 | 玄米ご飯 さわらの西京焼き 三色ゴマサラダ さつまいもバター煮 味噌汁(大根、油揚げ、人参) 牛乳 | ○ほしたべよ ◎バナナ | エネルギー 597kcal たんぱく質 20.9g 脂質 22.9g 炭水化物 83.8g 塩分 1.7g |
| 2 火 | 玄米ご飯 焼肉 ひじきとじゃが芋の煮物 トマトの和え物 味噌汁(キャベツ、さつまあげ) 牛乳 山開き給食 | ○たべっこ動物 ◎きな粉トースト | エネルギー 540kcal たんぱく質 22.7g 脂質 16.2g 炭水化物 81.4g 塩分 2.4g | 18 木 | キャラットパン ミートオムレツ じゃがいもコロコロサラダ 茹でとうもろこし コンソメスープ(ほうれん草とえのき) 牛乳 | ○マンナビスケット ◎おなかおにぎり | エネルギー 571kcal たんぱく質 24.1g 脂質 17.7g 炭水化物 85.5g 塩分 1.7g |
| 3 水 | 玄米ご飯 ほっけ塩焼き 大根とにんじんの煮物 大学芋 たまごスープ(卵、長葱) 牛乳 | ○ほしたべよ ◎バナナ | エネルギー 507kcal たんぱく質 19.4g 脂質 12.6g 炭水化物 83.3g 塩分 1.5g | 19 金 | 玄米ご飯 さばのみりん漬け 豚ひき肉とキャベツ炒め オレンジ しめじと根菜の味噌汁 牛乳 | ○鉄分強化ウエハース ◎そうめん | エネルギー 500kcal たんぱく質 21.1g 脂質 14.7g 炭水化物 76.3g 塩分 1.8g |
| 4 木 | 玄米ご飯 鶏のレモン煮 マカロニサラダ ブロッコリーと人参のごま和え 味噌汁(大根、しめじ) 牛乳 | ○マンナビスケット ◎麩のラスク | エネルギー 522kcal たんぱく質 23.1g 脂質 18.4g 炭水化物 70.8g 塩分 1.4g | 22 月 | ご飯 コーンコロケ 卵と野菜炒め ひじきと大豆の煮物 味噌汁(キャベツ、厚揚げ) 牛乳 | ○お野菜せんべい ◎セサミトースト | エネルギー 552kcal たんぱく質 19.2g 脂質 16.7g 炭水化物 89.7g 塩分 1.6g |
| 5 金 | 玄米ご飯 ハヤシライス 彩りサラダ フルーツゼリー 牛乳 | ○鉄分強化ウエハース ◎ジャムサンド | エネルギー 582kcal たんぱく質 18.7g 脂質 15.9g 炭水化物 97.1g 塩分 1.8g | 23 火 | 玄米ご飯 タラとベーコンチーズ焼き 鶏ひき肉と夏野菜トマト煮 バナナ コンソメスープ(ほうれん草、人参、じゃが芋) 牛乳 | ○たべっこ動物 ◎牛乳寒天 | エネルギー 501kcal たんぱく質 22.5g 脂質 14.0g 炭水化物 77.1g 塩分 1.4g |
| 8 月 | ご飯 白身魚フライカラフルソース ピーマンちくわ甘辛炒め オレンジ 味噌汁(小松菜、厚揚げ、人参) 牛乳 | ○お野菜せんべい ◎チーズトースト | エネルギー 591kcal たんぱく質 27.1g 脂質 16.0g 炭水化物 90.5g 塩分 1.7g | 24 水 | 玄米ご飯 みそ麻婆丼 三色野菜のリナムル 中華スープ(チンゲン菜、卵、人参) 牛乳 | ○ほしたべよ ◎じゃがバターコーン | エネルギー 514kcal たんぱく質 20.0g 脂質 18.7g 炭水化物 72.1g 塩分 1.5g |
| 9 火 | 玄米ご飯 豚肉の生姜焼き なすのナポリタン きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(キャベツ、人参) 牛乳 | ○たべっこ動物 ◎ぶどうゼリー | エネルギー 504kcal たんぱく質 19.7g 脂質 15.3g 炭水化物 75.8g 塩分 1.4g | 25 木 | 玄米ご飯 シルバーの煮つけ 小松菜とハムの春雨サラダ さつまいもとりんご煮 味噌汁(豆腐、わかめ) 牛乳 | ○マンナビスケット ◎オレンジゼリー | エネルギー 538kcal たんぱく質 19.9g 脂質 13.9g 炭水化物 87.5g 塩分 1.4g |
| 10 水 | お弁当 | ○ほしたべよ ◎今川焼(カスタード) | | 26 金 | 玄米ご飯 ポークチャップ じゃがいもといんげんのソテー きゅうりのささみ和え 味噌汁(麩、長ねぎ、人参) 牛乳 | ○鉄分強化ウエハース ◎ホットケーキ | エネルギー 512kcal たんぱく質 22.3g 脂質 13.8g 炭水化物 80.0g 塩分 1.5g |
| 11 木 | バターロール スパニッシュオムレツ ブロッコリーとコーンのサラダ お楽しみゼリー 豆乳スープ(ほうれん草、人参、ウインナー) 牛乳 | ○マンナビスケット ◎お好み焼き | エネルギー 504kcal たんぱく質 21.7g 脂質 21.2g 炭水化物 62.9g 塩分 1.8g | 29 月 | そうめん さつま芋の天ぷら にんじんとピーマンのきんぴら パイナップル 牛乳 | ○お野菜せんべい ◎カレーチーズトースト | エネルギー 521kcal たんぱく質 17.9g 脂質 16.8g 炭水化物 80.5g 塩分 1.9g |
| 12 金 | 玄米ご飯 たらの煮つけ かぼちゃサラダ バナナ けんちん汁(味噌) 牛乳 | ○鉄分強化ウエハース ◎キャラメルプリン | エネルギー 510kcal たんぱく質 20.7g 脂質 14.4g 炭水化物 80.9g 塩分 1.2g | 30 火 | 玄米ご飯 さばの味噌煮 小松菜とベーコンのスパゲティー かぼちゃバター すまし汁(水菜、人参、しいたけ) 牛乳 | ○たべっこ動物 ◎バナナ | エネルギー 540kcal たんぱく質 20.5g 脂質 16.1g 炭水化物 85.3g 塩分 1.8g |
| 16 火 | 冷やしうどん お魚ソーセージのバリバリ焼き 高野豆腐の煮物 すいか 牛乳 | ○たべっこ動物 ◎ココア蒸しパン | エネルギー 504kcal たんぱく質 18.1g 脂質 16.4g 炭水化物 74.3g 塩分 1.5g | 31 水 | 玄米ご飯 肉豆腐 ブロッコリーの卵炒め オレンジ 味噌汁(麩、わかめ) 牛乳 | ○ほしたべよ ◎うどんハムコーン焼き | エネルギー 544kcal たんぱく質 24.7g 脂質 18.5g 炭水化物 74.7g 塩分 1.8g |

※仕入れの都合等で献立を変更する場合がありますので、ご承知おきください。
 ※○朝のおやつは2歳児のみの提供となります。