

給食予定献立表

横田保育園



～今月の予定平均栄養摂取量～

	未満児	以上児
エネルギー	488kcal	384kcal
たんぱく質	19.1g	17.7g
脂 肪	16.6g	16.7g



※3歳以上児は家庭から持参するごはんの栄養量は含まれていません

		～今月の予定平均栄養摂取量～ <table><tr><td></td><td>未満児</td><td>以上児</td></tr><tr><td>エネルギー：</td><td>488kcal</td><td>384kcal</td></tr><tr><td>たんぱく質：</td><td>19.1g</td><td>17.7g</td></tr><tr><td>脂 肪：</td><td>16.6g</td><td>16.7g</td></tr></table>			未満児	以上児	エネルギー：	488kcal	384kcal	たんぱく質：	19.1g	17.7g	脂 肪：	16.6g	16.7g			1 日（木）		2 日（金）		3 日（土）	
					未満児	以上児																	
				エネルギー：	488kcal	384kcal																	
				たんぱく質：	19.1g	17.7g																	
脂 肪：	16.6g	16.7g																					
未満児主食		ごはん		ごはん		ごはん																	
副 食		鯖の味噌煮 千草和え お芋の団子汁 グレープフルーツ		ベーコンエッグ ひじきのごま和え ささみスープ すいか		はんぺんのチーズ焼き ベジタブルソテー 青菜の味噌汁 オレンジ																	
おやつ		がんづき・牛乳		りんごジュース・せんべい																			
5 日（月）		6 日（火）		7 日（水）		8 日（木）		9 日（金）		1 0 日（土）													
未満児主食		ひじきごはん		ごはん		[クッキング]		ごはん		ごはん													
副 食		生姜焼き 親子サラダ 豆腐とほうれん草の味噌汁 ミニトマト		炒り豆腐 大徳寺和え 油揚げの味噌汁 キウイフルーツ		夏野菜カレー アスパラのサラダ 若布スープ パイナップル		ごはん レバーのケチャップ和え チーズサラダ そうめん汁 メロン		味噌おでん 若布の酢の物 花麩のすまし汁 オレンジ													
おやつ		ずんだ団子・牛乳		ひまわりパイ・牛乳		フライドポテト・牛乳		とうもろこし・麦茶		牛乳寒天・せんべい													
1 2 日（月）		1 3 日（火）		1 4 日（水）		1 5 日（木）		1 6 日（金）		1 7 日（土）													
未満児主食		振替休日		ごはん		[手作り弁当の日]		[手作り弁当の日]		[手作り弁当の日]													
副 食				がんもの含め煮 胡瓜と春雨の和え物 もやしの味噌汁 オレンジ																			
おやつ				グレープゼリー・せんべい																			
1 9 日（月）		2 0 日（火）		2 1 日（水）		2 2 日（木）		2 3 日（金）		2 4 日（土）													
未満児主食		ごはん		ごはん		ごはん		[お誕生会]		ごはん													
副 食		魚の味噌焼き ひじきの炒り煮 つくね汁 グレープフルーツ		豚肉の柳川もどき 青菜としめじのお浸し キャベツと油揚げの味噌汁 ぶどう		茄子と南瓜の揚げ煮 若布マヨネーズサラダ 春雨スープ ミニトマト		冷し中華 南瓜含め煮 枝豆 すいか		ポパイオムレツ キャベツとレーズンのサラダ 豆麩の味噌汁 パイナップル													
おやつ		ヨーグルトパンケーキ・牛乳		さつま芋かりんとう・牛乳		メロンパン風ラスク・牛乳		アイスクリーム		小倉ようかん・牛乳													
2 6 日（月）		2 7 日（火）		2 8 日（水）		2 9 日（木）		3 0 日（金）		3 1 日（土）													
未満児主食		ごはん		ごはん		卵ごはん		ごはん		ごはん													
副 食		豆腐とホタテの炒め物 深山和え じゃが芋とキャベツの味噌汁 オレンジ		小魚と大豆のからめ煮 胡瓜の酢味噌和え さつま芋甘煮 五目味噌汁・メロン		赤魚の煮付け 生揚げの煮物 白菜と人参の味噌汁 ぶどう		鶏肉のマリネ そうめん風サラダ ベーコンスープ すいか		南瓜グラタン 三色サラダ 若布の味噌汁 パイナップル													
おやつ		甘食・牛乳		フルーツポンチ・サブレ		アメリカンドック・牛乳		レモンケーキ・牛乳		きな粉トースト・牛乳													