



# こんげつ きゅうしょく 今月の給食

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
		1 ジャージャー麺 ミニアメリカンドック 白菜の中華和え チョコロールケーキ 405kcal	2 ごはん 豚肉のバーベキュー炒め 厚焼玉子 マセドアンサラダ みかん缶 379kcal	3 憲法記念日
6 振替休日	7 ごはん みそ汁 ヒレカツ 豆腐シューマイ 青菜の煮びたし メープルブチケーキ 360kcal	8 焼うどん たこ焼き いんげんの和風マヨ和え プリン 272kcal	9 わかめごはん カニコロケ がんもの煮物 春雨サラダ ミニゼリー 406kcal	10 カレーライス チキンナゲット ブロッコリーサラダ フチシュー 464kcal
13 ごはん 麻婆豆腐 えびかにシューマイ 青菜のなめ苺和え 杏仁豆腐 358kcal	14 ごはん・ぶりかけ みそ汁 はんぺんフライ 肉団子 切り干し大根の煮物 くずもち 420kcal	15 パン 鶏肉の照り焼き フレンチオムレツ コールスローサラダ ピーチゼリー 321kcal	16 ごはん 豚肉のオイスター炒め えび餃子 もやしとわかめの中華和え 大学芋 355kcal	17 ごはん メンチカツ 笹かまぼこ 白菜の煮びたし バナロールケーキ 363kcal
20 ごはん 鶏肉のから揚げ ちくわの煮物 ポテトサラダ ひとくちまんじゅう 490kcal	21 ごはん コンソメスープ ハンバーグ ポテトフライ 大根サラダ ミニゼリー 314kcal	22 お誕生会	23 ごはん 豚肉の生姜焼き がんもの煮物 ブロッコリーイタリアンサラダ フルーツカクテル缶 381kcal	24 五目ちらし寿司 春巻 いんげんと竹輪の胡麻和え パウムクーヘン 405kcal
27 ゆかりごはん とんかつ 厚揚げの煮物 スパゲティーハムサラダ ミニゼリー 356kcal	28 ごはん コンソメスープ エビカツ ほうれん草シューマイ ひじきの煮物 ショコラブチケーキ 341kcal	29 焼きそば 水餃子 さつま芋サラダ 青りんごゼリー 348kcal	30 ごはん 鶏肉のみそ漬焼き 厚焼玉子 里芋とさつま揚げの煮物 パン缶 307kcal	31 そぼろごはん (肉そぼろ・卵) えびかにシューマイ もやしのナムル バナナクレープ 391kcal
				22 希望弁当メニュー 炊き込み五目ご飯 白身魚フライ さつま芋サラダ たい焼き 384kcal

【エネルギー表示について】  
※表記されているエネルギー量は年長クラスの数値になります。

表記のエネルギー量に対して、  
年中クラスのエネルギー量は90%、年少クラスのエネルギー量は80%の値となります。  
(主食量により、年中クラス、年少クラスはエネルギー量が異なっております。)  
ご了承くださいませようお願い申し上げます。