



# 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

|  |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|
| 3<br>ごはん<br>豚肉の生姜焼き<br>ちくわの煮物<br>スパゲッティサラダ<br>大学芋<br>428kcal | 4<br>ごはん<br>みそ汁<br>チキンカツ<br>えび餃子<br>切り干し大根の煮物<br>ひとくちまんじゅう<br>398kcal       | 5<br>チャーシュー麺<br>春巻<br>いんげんの和風マヨ和え<br>プレーンドーナツ<br>481kcal            | 6<br>ごはん<br>鶏肉の竜田揚げ<br>がんもの煮物<br>もやしとわかめの和え物<br>パイン缶<br>433kcal                 | 7<br>ごはん<br>エビカツ<br>肉団子<br>里芋とさつま揚げの煮物<br>ミニゼリー<br>354kcal                |
| 10<br>ファミリーデー  | 11<br>建国記念日   | 12<br>焼きそば<br>水餃子<br>ほうれん草のなめ茸和え<br>プリン<br>334kcal                  | 13<br>ごはん<br>鶏肉のみそ漬け焼き<br>厚揚げの煮物<br>さつま芋サラダ<br>バニラロールケーキ<br>362kcal             | 14<br>ごはん<br>八宝菜<br>棒ぎょうざ<br>春雨サラダ<br>ミニゼリー<br>355kcal                    |
| 17<br>ピピンバ<br>(肉そぼろ・ナムル)<br>海鮮シューマイ<br>パウムクーヘン<br>396kcal    | 18<br>ごはん<br>みそ汁<br>ヒレカツ<br>厚焼玉子<br>ひじきの煮物<br>くずもち<br>347kcal               | 19<br>ロールパン<br>クリームシチュー<br>チキンナゲット<br>コールスローサラダ<br>ミニゼリー<br>393kcal | 20<br>ごはん<br>ハンバーグ<br>ポテトフライ<br>マカロニサラダ<br>フルーチェ<br>338kcal                     | 21<br>ごはん<br>豚肉のカレー炒め<br>豆腐シューマイ<br>青菜の煮びたし<br>みかん缶<br>334kcal            |
| 24<br>振替休日   | 25<br>ごはん<br>みそ汁<br>メンチカツ<br>がんもの煮物<br>いんげんと竹輪の胡麻和え<br>メープルブチケーキ<br>439kcal | 26<br>お誕生会  | 27<br>ごはん<br>チキンソテーマトソース<br>高野豆腐含め煮<br>ブロッコリーサラダ<br>チョコロールケーキ<br>423kcal        | 28<br>ごはん<br>麻婆豆腐<br>えびかにシューマイ<br>白菜の磯和え<br>杏仁豆腐<br>345kcal               |
|  |   |   | 10 お預かりメニュー<br>ロールパン<br>グラタン<br>プレーンオムレツ<br>ブロッコリーごまサラダ<br>ショコラブチケーキ<br>436kcal | 26 希望弁当メニュー<br>ガパオライス<br>(肉そぼろ・卵)<br>キャベツとハムのフレンチサラダ<br>ライチゼリー<br>311kcal |

【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。)  
ご了承いただけますようお願い申し上げます。