



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 ロールパン クリームシチュー チキンナゲット 大根とほうれん草サラダ ミニゼリー 牛乳 475kcal	2 ごはん はんぺんフライ 肉団子 里芋とさつま揚げの煮物 メープルプチケーキ 牛乳 469kcal	3 ごはん 豚肉の生姜焼き 厚揚げの煮物 春雨サラダ チョコロールケーキ 牛乳 453kcal
6 ごはん メンチカツ がんもの煮物 いんげんの和風マヨ和え みかん缶 478kcal	7 ごはん 麻婆豆腐 えびかにシューマイ 白菜の和え物 ミニゼリー 牛乳 378kcal	8 焼きそば みそ汁 厚焼玉子 もやしの和え物 豆乳プリン 牛乳 429kcal	9 ごはん エビカツ 水餃子 青菜の煮びたし 大学芋 牛乳 389kcal	10 ごはん 鶏肉のみそ漬け焼き 高野豆腐の含め煮 さつま芋サラダ バナラロールケーキ 牛乳 436kcal
13 スポーツの日	14 ごはん ヒレカツ えび餃子 ひじきの煮物 ミニゼリー 牛乳 396kcal	15 ツナのトマトスバゲティ コンソメスープ ミニアメリカンドック ブロッコリーイタリアンサラダ ショコラブチケーキ 牛乳 417kcal	16 ごはん 豚肉のオイスター炒め ハッシュドポテト いんげんと竹輪の胡麻和え パイン缶 牛乳 459kcal	17 カレーライス チキンナゲット フレンチサラダ 青りんごゼリー 牛乳 522kcal
20 ピピンバ (肉そぼろ・ナムル) 春巻 バナラロールケーキ 485kcal	21 ごはん チキンソテーマトソース 厚焼玉子 ポテトサラダ ミニゼリー 牛乳 462kcal	22 お誕生会	23 ごはん ハンバーグ ポテトフライ マカロニサラダ 桃のフルーチェ 牛乳 407kcal	24 ごはん 鶏肉のから揚げ えびかにシューマイ 切り干し大根の煮物 くずもち 牛乳 427kcal
27 五目寿司 ぎょうざ ブロッコリーサラダ パウムクーヘン 422kcal	28 ごはん 鶏肉の照り焼き がんもの煮物 青菜のなめたけ和え ミニゼリー 牛乳 429kcal	29 ドックパン コンソメスープ ウィンナー コールスローサラダ プリン 牛乳 359kcal	30 鮭わかめごはん カニコロッケ 大根と竹輪の煮物 チョコロールケーキ 牛乳 447kcal	31 ごはん 豚肉のバーベキュー炒め 海鮮シューマイ もやしの胡麻醤油和え 杏仁豆腐缶 牛乳 422kcal

【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。

22 希望弁当メニュー 炊き込みごはん 白身魚フライ 白菜の煮浸し プレーンドーナツ 牛乳 453kcal
