

令和7年11月 あおぞら保育園 献立表

月 3	火 4	水 5	木 6	金 7
文化の日	ごはん カツ煮風 キャベツの塩昆布和え りんご缶 麩のみそ汁 牛乳 マカロニあべかわ	ごはん 松風焼き 小松菜とちくわの和え物 納豆 豚汁 牛乳 バナナ	ごはん 鮭の塩焼き ひじき煮 パイン缶 豆腐のみそ汁 牛乳 シュガートースト	ごはん バーベキューチキン 春雨のサラダ キウイ じゃが芋のみそ汁 牛乳 バームクーヘン
10	11	12	13	14
ツナカレー コールスローサラダ オレンジ 玉子スープ 牛乳 ホットケーキ	ごはん 鶏の唐揚げ ブロッコリーのチーズサラダ りんご缶 切干大根のみそ汁 牛乳 バナナヨーグルト	菜飯 しらす入り玉子焼き ポテトサラダ みかん 麩のみそ汁 牛乳 ジャムサンド	ごはん サバのみそ煮 切り干し大根の煮物 バナナ すまし汁 牛乳 フライドポテト	ごはん 麻婆豆腐 焼き餃子 パイン缶 わかめスープ 牛乳 アスバラガスビスケット
17	18	19	20	21
ワカメごはん ささみフライ かぼちゃのサラダ みかん ほうれん草のみそ汁 牛乳	ごはん 白身魚の照り焼き ビーフンソテー パイン缶 豆腐のみそ汁 牛乳 ふかし芋	ごはん チリコンカン マカロニサラダ キウイ コンソメスープ 牛乳 手作りゼリー	ごはん モロの竜田揚げ 錦糸和え りんご缶 厚揚げのみそ汁 牛乳 クレープ	ごはん 野菜いろいろ肉団子 ブロッコリーのおかかマヨ和え オレンジ 油揚げのみそ汁 牛乳 スティックパン
24	25	26	27	28
振替休日	きのこひき肉のカレー ツナサラダ パイン缶 もずくスープ 牛乳 人参のホットケーキ	ふりかけごはん ポテト入り玉子焼き 花野菜サラダ キウイ 麩のみそ汁 牛乳 みかんヨーグルト	ごはん さばの塩焼き きんぴらごぼう バナナ チンゲン菜のみそ汁 牛乳 ブルーベリージャムサンド	スパゲッティミートソース ささみとキャベツのサラダ みかん コンソメスープ 牛乳 ビスコ
				

保育園における給与栄養目標量(3歳以上) エネルギー600kcal たんぱく質24.0g カルシウム270mg

今月の平均給与栄養量(3歳以上) エネルギー590kcal たんぱく質24.1g カルシウム269mg

※3歳未満児には毎日、40kcal程度の朝のおやつ提供。

※毎日昼食時麦茶提供。