

11月献立予定表

東京女子学院幼稚園

日	曜	献立表	エネルギー	蛋白
			k c a l	g
1	木	ごはん、さわらのマヨネーズ焼き、粉ふきいも、雑穀とウィンナーのトマト煮、野菜シューマイ	442	15.3
5	月	アップルコッペパン、白身魚フライ、花野菜のソテー、ポテトサラダ、パイン、牛乳	406	10.4
6	火	ごはん、豚の生姜焼き、厚焼き卵、キャベツとコーンのお浸し、里芋とこんにゃくの味噌和え、角チーズ	437	16.9
9	金	ごはん、鶏の唐揚げカレー風味、ぶたさんかまぼこ、春雨ソテー、ひじきの旨煮、巾着煮	422	13.1
12	月	パインコッペパン、ハンバーグデミグラスソース、スパソテー、コーンサラダ、中華ポテト、牛乳	439	12.0
13	火	野菜ふりかけごはん、星のコロッケ、カラフル金平、青菜の磯和え、リンゴ	401	10.4
15	木	ごはん、ピザ風チキン、くるくるポテト、野菜炒め、カニカマサラダ、M i xピーチ	414	13.6
16	金	ごまごはん、鯖の照り焼き、花さつま、切干大根炒め、ポテトベーコン煮、キウイフルーツ	424	14.7
19	月	はちみつコッペパン、八宝菜、うずら卵煮、揚げギョーザ、杏仁フルーツ、牛乳	433	13.9
20	火	ごはん、鶏照り焼き、ほうれん草ウィンナー、白菜の胡麻和え、畑のお肉の時雨煮、ホタテフライ	424	14.5
22	木	ごはん、ハムカツ、焼きそば、レンコンとツナの香り、リンゴ	441	9.9
26	月	おさつゴマパン、ポークケチャップ、スイートパンプキン、もやしと小松菜のソテー、海の野菜のサラダ、りんごの甘煮、牛乳	448	13.0
27	火	わかめのおにぎり、のり付きおにぎり、鮭の塩焼き、スマイルポテト、インゲンの桜えび和え、キャベツと鶏肉のごま煮、三色豆	438	18.5
29	木	のりたまごふりかけごはん、プレーンオムレツ、ミニフランク、ペンネのケチャップ炒め、ブロッコリーのホワイトソース、みかん	405	10.9
30	金	ごはん、チキンカレー、コールスローサラダ、かぶ型かまぼこ、一口トマトコロッケ	459	13.2

今月給食を申し込まない方は担任までお申し出ください。

