

令和5年4月

茅ヶ崎市立保育園給食献立表

*3歳以上児は、午前おやつと昼食の主食を除いた献立になります

茅ヶ崎市保育園

Main menu table with columns for Day, Meal Name, Ingredients, and Nutritional Information (Energy, Protein, Fat, etc.).

Summary table for nutritional values: 3歳以上児 平均提供栄養量 (Average nutrition provided to children 3 years and older) and 3歳未満児 平均提供栄養量 (Average nutrition provided to children under 3 years old).

【献立について】
・保育園により多少の変更をする場合があります。
・週に2~3回程度、保育園で調理された手作りおやつを提供しています。
内容が☆印をご確認ください。
【3歳以上児の栄養量について】
3~5歳児の1日に必要なエネルギー量は1,275kcalです。
保育園では、昼食のおかず・午後おやつ・家庭からご持参いただく主食を合わせ、585kcalを目標に給食を提供しています。1日に必要なエネルギー量のおよそ45%となります。
家庭からご持参いただく主食は、およそ185kcalとして計算をしています。
目安量は、ごはん110g・食パン70g(8枚切り1枚半程度)・バターロール60gです。
※栄養価については主食(約180kcal)をのぞいた値になっています。