

Table with columns: 日曜 (Day/Week), 献立名 (Menu Name), 10時 (10:00), 昼食 (Lunch), 15時 (15:00), あか (Red), 黄 (Yellow), みどり (Green), 米養価 (Rice Nutritional Value), 3歳以上児 (3+ years old), 3歳未満児 (3- years old). Rows list daily menus from June 1st to 30th.

【献立について】

- 保育園により多少の変更をすることがあります。保育園だより等をご確認ください。
• 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。(☆印が手作りおやつ)
• 茅ヶ崎市立保育園の給食栄養目標値については市ホームページに記載しています。

【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、屋食のおかず・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。
※平均提供栄養量はご持参いただく主食(ごはん110g)を含んだ値で計算しています。

Summary table with columns: エネルギー (kcal), たんぱく質 (g), 脂質 (g), 食塩相当量 (g). Values: 548kcal, 21.8g, 16.5g, 1.6g (left); 445kcal, 17.8g, 13.3g, 1.5g (right).