

Main table containing 31 rows of daily menu items, ingredients, and nutritional information. Columns include date, meal type, dish name, ingredients, and energy/nutrient values.

【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。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量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、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。
※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 showing average energy and nutrient values. Columns: エネルギー (kcal), たんぱく質 (g), 脂質 (g), 食塩相当量 (g). Values: 562kcal, 22.8g, 17.5g, 1.6g.