

令和5年9月

茅ヶ崎市立保育園給食献立表

茅ヶ崎市保育課

Main table with columns for date, menu items, ingredients, and nutritional information. Includes rows for days of the week and specific meal details.

【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、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 for nutritional values: エネルギー (kcal), たんぱく質 (g), 脂質 (g), 食塩相当量 (g) for 3歳以上児 and 3歳未満児.