

令和6年1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, meal name, ingredients, and nutritional information. It lists daily menus for children aged 3 and over, including items like 'フルーツゼリー', '牛乳と菓子', and 'ヨーグルト'.

【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。(右の二次元バーコードからご確認ください。)

【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。茅ヶ崎市保育園では、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、600kcal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)を含んだ直で計算しています。



Summary table showing average nutritional values: エネルギー (kcal) 572kcal, たんぱく質 (g) 23.1g, 脂質 (g) 18.2g, 食塩相当量 (g) 1.6g.