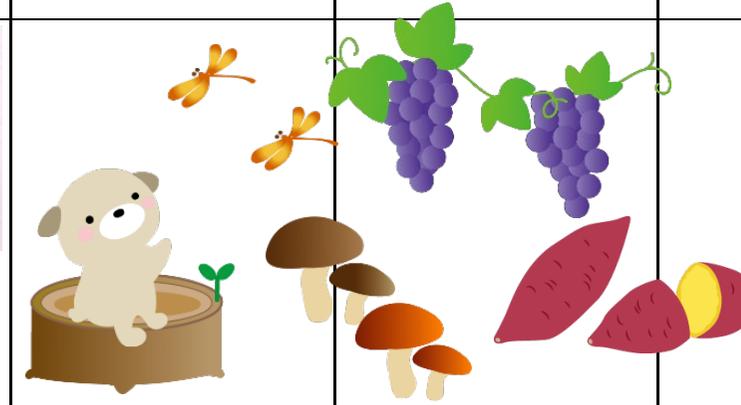
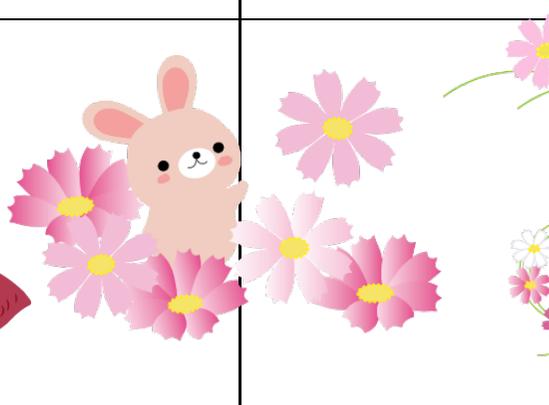


給食 献立カレンダー 前半



きたおおし保育園

| | 月 | 火 | 水 9月1日 | 木 9月2日 | 金 9月3日 | 土 9月4日 | 日 |
|--------|---|--|---|--|--|---|---|
| おひるごはん |  <p>おいしいおいもが出来たよ!</p> | |  <p>ご飯 カラスカレイの磯パン粉焼き 切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ(バナナ)</p> |  <p>鉄分強化! ふいかけご飯 鶏ひき肉とチンゲン菜の中華炒め じゃこと白菜の炒り煮 みそ汁</p> |  <p>ケチャップライス さつま芋のツナグラタン風 スープ ヨーグルト</p> |  <p>ご飯 助宗タラのおろし煮 豚肉とじゃが芋の醤油炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p> | |
| | | 栄養価 | | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 296/9.3/8.4/45.5/0.5 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/10.4/7.6/38.2/1.0 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 325/11.4/8.1/49.9/0.6 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 294/13.8/6.1/44.0/0.7 |
| おひるごはん | 9月6日 | 9月7日 | 9月8日 | 9月9日 | 9月10日 | 9月11日 | 9月12日 |
| |  <p>ナポリタン ほうれん草のツナサラダ スープ</p> |  <p>カレーライス 大根ときゅうりのごまサラダ フルーツ(りんご)</p> |  <p>鉄分強化! ふいかけご飯 白糸タラの甘酢漬け 鶏肉とほうれん草の煮物 みそ汁 フルーツ(バナナ)</p> |  <p>ご飯 千キンソテー 白菜とわかめのしらす和え みそ汁</p> |  <p>●さつま芋おにぎり 豚肉ときこのみそ炒め きゅうりとキャベツのサラダ フルーツ(りんご)</p> |  <p>ご飯 鮭の和風ムニエル 鶏肉と小松菜のとろみ煮 みそ汁 ヨーグルト</p> | |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 262/11.6/9.7/31.7/0.9 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 283/7.6/6.5/47.4/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 284/12.5/6.6/42.3/0.9 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 250/9.7/6.2/36.9/1.0 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 290/10.1/6.8/46.1/0.5 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 290/13.8/7.1/40.7/0.7 | |
| おひるごはん | 9月13日 | 9月14日 |  | |  | |  |
| |  <p>肉うどん かぼちゃの信田煮 フルーツ(オレンジ)</p> |  <p>豚肉の甘辛丼 さっぱりポテトサラダ みそ汁</p> | | | | | |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/10.5/7.3/37.0/0.8 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 272/10.8/5.2/43.4/0.6 | | | | | |

※都合により、献立を変更する場合がございます。