




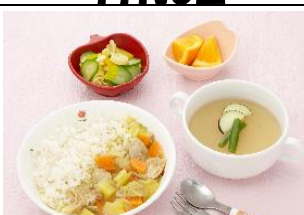
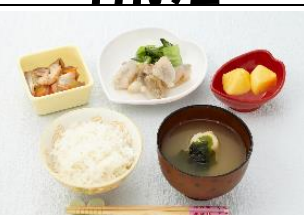
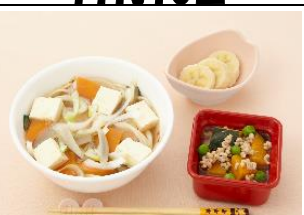
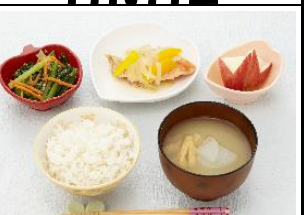


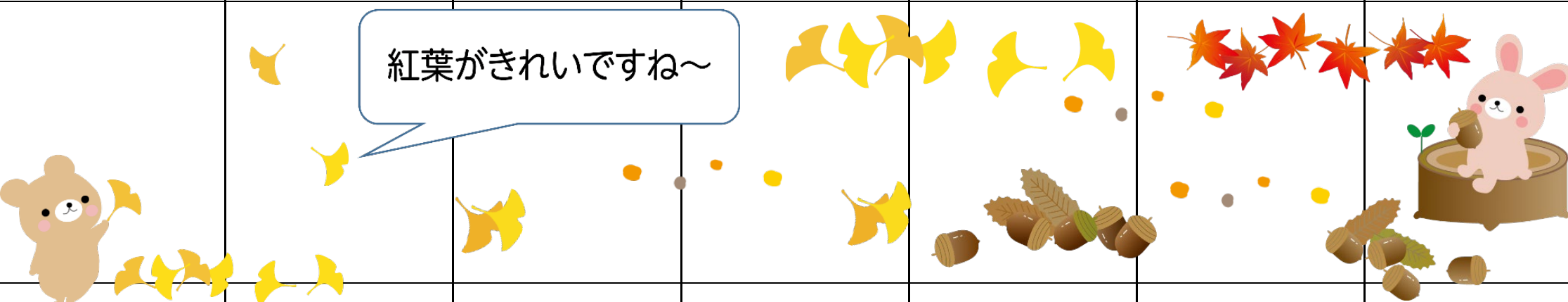


# 11月

# 給食献立カレンダー 前半



きたおおじ保育園

	月 11月1日	火 11月2日	水 11月3日	木 11月4日	金 11月5日	土 11月6日	日 11月7日
おひるごはん	 ご飯 鮭とかぶの豆乳煮 チンゲン菜と人参の醤油炒め みそ汁 フルーツ(りんご)	 ご飯 豆腐のそぼろあんかけ トマトとワカメのサラダ みそ汁	文化の日	 ひじきご飯 白糸タラの蒲焼風 具だくさん汁 フルーツ(オレンジ)	 ご飯 チキンのパン粉焼き ほうれん草のしらす煮 みそ汁	 鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイのおろし煮 鶏肉とじゃが芋の炒めもの みそ汁 ヨーグルト	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 298/13.6/6.2/45.5/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/10.9/8.0/41.6/0.7		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/11.5/5.7/44.0/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 299/12.6/9.1/39.6/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 308/11.1/7.5/47.4/0.8	
	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日
おひるごはん	 カレーライス マカロニサラダ スープ フルーツ(オレンジ)	 ご飯 助宗タラの竜田焼き 鶏肉とキャベツの煮物 みそ汁 フルーツ(柿)	 けんちんうどん かぼちゃのそぼろあん フルーツ(バナナ)	 ご飯 鮭の甘酢漬け 小松菜のごま和え みそ汁 フルーツ(りんご)	 ●花ちらし寿司 ●にっこりハンバーグ すまし汁	 鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラの照り焼き 豚じゃが煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 301/8.8/5.5/52.7/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 274/12.3/6.0/41.2/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 252/10.3/7.0/37.6/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 275/11.4/6.9/40.6/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 299/10.7/7.8/44.1/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/13.8/4.4/43.5/0.7	
おひるごはん	 <p>紅葉がきれいですね～</p>						
栄養価							

※都合により、献立を変更する場合がございます。