



給食 献立カレンダー 前半



きたおおじ保育園

	月	火	水	木	金 4月7日	土 4月8日	日 4月9日
おひるごはん	<p>春の花たちがたくさん咲いてきれいですね～</p>				<p>ハヤシライス 白菜ともやしのサラダ スープ フルーツ(バナナ)</p>	<p>入園式</p>	
					Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 255/7.9/5.2/45.3/1.1		
おひるごはん	4月4日	4月5日	4月6日	4月7日	4月8日	4月9日	4月10日
	<p>チキンライス かぼちゃのグラタン風 スープ フルーツ(白桃缶)</p>	<p>ご飯 鮭の磯辺焼き 豚肉と切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 ふんわりつくね焼き 小松菜のちりめん炒め すまし汁</p>	<p>ご飯 白糸タラのパン粉揚げ かぼちゃとささみのとろみ煮 みそ汁 ヨーグルト</p>	<p>●ひよこライス 照り焼きハンバーグ みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p>ご飯 カラスカレイのみそ焼き トマトときゅうりのサラダ すまし汁 フルーツ(オレンジ)</p>	
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 279/10.4/6.2/47.3/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 283/14.9/6.0/43.2/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 278/12.6/9.2/37.1/1.1	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 344/15.5/9.9/51.0/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/10.7/7.9/42.4/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 244/7.4/6.5/41.7/0.6	
おひるごはん	4月11日	4月12日	4月13日	4月14日			
	<p>鉄分強化! ふりかけご飯 さつま芋のツナコロケ 鶏肉と豆腐の煮物 みそ汁</p>	<p>ご飯 助宗タラの甘酢漬け 豚肉と大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ミートスパゲッティ 白菜と人参のツナサラダ スープ</p>	<p>ご飯 白糸タラのコロコロ甘揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト</p>			
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 372/12.5/12.1/56.0/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 271/13.3/6.7/40.2/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 275/12.3/10.5/32.9/1.0	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 296/11.5/7.5/48.1/0.8			

※都合により、献立を変更する場合がございます。