

1月

給食 献立カレンダー 前半



きたおおじ保育園

	月 1月1日	火 1月2日	水 1月3日	木 1月4日	金 1月5日	土 1月6日	日 1月7日
おひるごはん	<p>お正月</p> <p>2024年 あけましておめでとうございます 今年もどうぞよろしくおねがいいたします</p>			<p>ご飯 鮭のごま煮 じゃが芋と豚肉の塩金平 みそ汁 アツルゼリー</p>	<p>鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の照りポール マカロニツナサラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 白糸タラの漬け焼き 大根と鶏肉のとろみ煮 みそ汁 フルーツ(みかん缶)</p>	
栄養価				Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/13.0/4.7/45.2/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 328/12.0/10.6/46.6/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/12.1/5.4/41.1/0.7	
	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日	1月14日
おひるごはん	<p>成人の日</p>	<p>ソース焼きうどん じゃが芋のピーマン炒め みそ汁 アツルゼリー</p>	<p>ご飯 白糸タラのみそ煮 鶏肉と野菜のバター醤油炒め すまし汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>カレーライス キャベツとかぶの胡麻和え スープ フルーツ(りんご)</p>	<p>●ツナのあおさおにぎり ●鶏肉と冬野菜の生姜炒め 春雨サラダ フルーツ(バナナ)</p>	<p>鉄分強化！ふりかけご飯 豚肉の治部煮風 大根とコーンのおかかサラダ みそ汁</p>	
栄養価		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 262/11.2/7.1/38.0/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 252/13.2/5.1/39.1/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 283/10.7/6.7/48.8/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 316/10.8/10.6/43.9/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 258/11.0/4.8/44.2/0.7	
おひるごはん	<p>あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願いいたします!</p>						
栄養価							

※都合により、献立を変更する場合がございます。