



# 給食 献立カレンダー 後半



きたおおじ保育園

	月 4月15日	火 4月16日	水 4月17日	木 4月18日	金 4月19日	土 4月20日	日 4月21日	
おひるごはん								
	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉と野菜の煮物 磯焼きポテト みそ汁	ご飯 白糸タラと春キャベツのバター炒め 豚肉の切干大根煮 みそ汁 アツルゼリー	ご飯 鶏肉のちゃんちゃん焼き風 ほうれん草のサラダ すまし汁	ご飯 鮭フライ かぼちゃと豚肉の煮物 みそ汁 ヨーグルト	ご飯 照り焼きハンバーグ さつま芋のコーン和え みそ汁	ご飯 助宗タラのごま煮 きゅうりとトマトのサラダ 鶏汁 フルーツ(オレンジ)		
栄養価	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 270/9.5/7.4/43.9/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 260/11.4/4.3/46.0/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 286/11.0/8.8/42.0/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 346/16.6/10.8/48.8/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 304/11.0/7.6/50.1/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 258/12.4/6.5/38.7/0.6		
	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	4月28日	
おひるごはん								
	●混ぜ込みとんかつ飯風 ●春雨豆乳あんかけ茶碗蒸し風 みそ汁	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイの甘酢漬け 豚肉と大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ミートスパゲッティ 白菜と人参のツナサラダ スープ	ご飯 白糸タラのココロ揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	キャロットピラフ ハンバーグケチャップソース 三色サラダ スープ オレンジゼリー	ご飯 助宗タラのみそ煮 豚肉とかぼちゃのおかか炒め すまし汁 フルーツ(オレンジ)		
栄養価	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 302/12.7/9.5/42.6/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/12.1/9.1/41.7/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 276/12.5/10.5/33.1/1.1	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 287/10.7/6.6/48.8/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 316/8.8/8.9/52.9/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 249/13.1/3.7/42.1/0.6		
	4月29日	4月30日						
おひるごはん	昭和の日							
		ご飯 白糸タラと春キャベツのバター炒め 豚肉の切干大根煮 みそ汁 アツルゼリー						
栄養価		Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 261/11.4/4.3/46.0/0.6						

※都合により、献立を変更する場合がございます。