



給食 献立カレンダー 前半



きたおおじ保育園

	月	火	水	木	金	土	日
				1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
おひるごはん				元日	休園日	休園日	
	<p>新年あけましておめでとうございます 2026年もよろしくお願いたします</p>						
栄養価							
	1月5日	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日
おひるごはん							
	<p>ご飯 白糸タラのココロコ甘辛揚げ 大根と鶏肉の煮物 みそ汁 アップルゼリー</p>	<p>ソース焼きうどん じゃが芋のフロッキーサラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 助宗タラのケチャップ甘酢あん 鶏肉と野菜の醤油炒め スープ フルーツ(バナナ)</p>	<p>カレーライス キャベツとかぶの和え物 スープ ヨーグルト</p>	<p>ご飯 鶏肉と冬野菜の生姜炒め 春雨サラダ みそ汁</p>	<p>鉄分強化! ふりかけご飯 豚肉と野菜のみそ煮 大根とコーンのおかかサラダ すまし汁</p>	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/10.6/7.2/48.0/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 254/11.1/8.4/34.3/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 264/13.1/6.6/40.0/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 288/11.0/7.8/47.4/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 285/10.4/8.6/43.3/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 274/10.6/6.2/45.8/0.8	
	1月12日	1月13日	1月14日				
おひるごはん	成人の日						
		<p>ご飯 カラスカレイのサクサクフライ キャベツの信田煮 具だくさん汁 フルーツ(白桃缶)</p>	<p>ご飯 鶏と野菜のごま生姜煮 チンゲン菜と人参のコーン和え すまし汁</p>	<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たします!</p>			
栄養価		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 347/12.9/13.4/47.3/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 264/9.5/7.4/42.2/0.7				

※都合により、献立を変更する場合がございます。