



給食 献立カレンダー 前半



きたおおい保育園

	月	火	水	木	金	土	日 2月1日
おひるごはん			<p>2月といえば節分ですね! おには外～福は内～!</p>				
栄養価							
	2月2日	2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日	2月8日
おひるごはん	<p>鉄分強化! ふいかげご飯 カラスカレイのムニエル 大根と人参のおかか煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>●鬼さんライス スパツナサラダ みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>ご飯 白系タラのねぎ風味焼き かぼちゃと鶏肉のとうろみ煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 厚揚げと野菜のさっぱり炒め 切干大根ときゅうりの和え物 みそ汁</p>	<p>ご飯 助宗タラのごま炒め 粉豆腐とキャベツの炒り煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p>ご飯 鶏肉のパン粉焼き 豆腐と根菜の煮物 みそ汁</p>	
栄養価	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 254/7.9/7.4/41.5/0.6	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 335/11.7/10.2/52.1/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 274/12.8/6.1/44.4/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/11.9/9.2/43.4/0.6	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 270/11.9/6.7/42.4/0.8	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 317/13.5/12.0/41.6/0.5	
	2月9日	2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日	
おひるごはん	<p>ご飯 鶏肉と野菜のうま煮 かぶのコーンサラダ みそにゅうめん</p>	<p>ご飯 白系タラの磯風味焼き 冬野菜とささみの煮物 みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>建国記念の日</p>	<p>鉄分強化! ふいかげご飯 助宗タラのオニオンソースがけ 炒りおから 具だくさん汁 ヨーグルト</p>	<p>●バレンタイン☆チキンハヤシライス キャベツのツナサラダ スープ フルーツ(オレンジ)</p>	<p>あったか肉うどん ほうれん草の信田和え フルーツ(りんご)</p>	
栄養価	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 310/11.6/9.4/47.5/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 255/11.6/4.3/44.7/0.7		Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 272/13.7/5.9/44.6/1.0	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 320/12.1/10.3/48.1/1.4	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 243/11.2/8.2/32.3/0.8	

*都合により、献立を変更する場合がございます。