

# 4月

# 給食 献立カレンダー 前半



きたおおし保育園

	月	火	水 4月1日	木 4月2日	金 4月3日	土 4月4日	日 4月5日
おひるごはん			<p>ご飯 鶏肉のみそ焼き 千んげん菜とトマトのサラダ すまし汁</p>	<p>ご飯 鮭フライ 玉ねぎと豚肉の煮物 みそ汁 ヨーグルト</p>	<p>●アスパラガスとコーンのピラフ ●トマトソースにこい鶏バーグ みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p><b>入園式</b></p>	
	栄養価		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 263/9.8/9.5/36.8/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 330/15.9/10.2/45.6/0.5	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 315/10.6/9.2/50.2/0.8		
おひるごはん	4月6日	4月7日	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日
	<p>ご飯 豆腐と鶏肉の煮物 じゃが芋とトマトのサラダ みそ汁</p>	<p>鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラの甘酢漬け 大根と豚肉の炒め煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ミートスパゲッティ 白菜と人参のツナの和え物 スープ</p>	<p>ご飯 カラスカレイのコロコロ揚げ ひじきと粉豆腐の炒り煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>チキンハマシライス もやしとスナップエンドウのコーンサラダ スープ フルーツ(バナナ)</p>	<p>鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラのみそ煮 豚肉と大根の炒め物 すまし汁 アップルゼリー</p>	
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/12.5/6.3/43.3/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 249/11.1/5.2/41.2/0.9	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 263/13.0/10.0/32.3/1.1	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 317/10.1/10.7/48.5/1.0	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 285/9.5/7.7/47.3/1.3	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 279/13.0/4.9/46.9/0.7	
おひるごはん	4月13日	4月14日	<p>春の花たちがたくさん 咲いてきれいですね～</p>				
	<p>ご飯 鶏肉と野菜の煮物 玉ねぎとパプリカのサラダ みそ汁</p>	<p>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 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 259/9.2/7.1/43.3/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 260/11.5/4.7/45.4/0.8					

※都合により、献立を変更する場合がございます。