

# 1月

# リトルキッズ献立カレンダー 前半



実朝保育園

	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	休園日正月	休園日正月	休園日正月	 <p>ご飯 鮭のごま煮 じゃが芋と豚肉の塩金平 みそ汁 アツプルゼリー</p>	 <p>鉄分強化！ふいかけご飯 鶏肉の照りボール 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>	休園日
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	休園日成人式	 <p>三色丼 大根と人参のツナサラダ みそ汁</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>●ツナのおおさおにぎり ●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！ふいかけご飯 豚肉の治部煮風 大根とコーンのおかかサラダ みそ汁</p>	休園日
栄養価		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/10.4/8.9/42.8/0.7	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たします！</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>						
栄養価							

※都合により、献立を変更する場合がございます。