

12月

トルキッズ献立カレンダー 後半



実相保育園

	月	火	水	木	金 12月15日	土 12月16日	日 12月17日
おひるごはん	<p>メリークリスマス!みんなとても楽しそうですね~。</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>				<p>ご飯 豆腐のねぎとほうろ炒め トマトときゅうりのマヨサラダ みそ汁</p>	<p>鉄分強化!ふいかけご飯 白糸タラの香草マヨ焼き 鶏肉とかぶの煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	休園日
					Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 321/13.0/12.7/40.6/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/12.5/9.3/41.9/0.8	
	12月18日	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日	12月23日	12月24日
おひるごはん	<p>ご飯 鮭の野菜あんかけ 豚肉と白菜の炒め物 みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>ご飯 豚肉のねぎみそ炒め ひじきのツナ煮 すまし汁</p>	<p>ご飯 カラスカレイの磯風味焼き 鶏じゃが みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p>ご飯 豚肉の玉ねぎソース 切干大根の煮物 みそ汁</p>	<p>鉄分強化!ふいかけご飯 助宗タラの南蛮漬け風 れんごんのとほろあん みそ汁 フルーツ(みかん)</p>	<p>ご飯 豚肉と大根の煮物 野菜チキンス みそ汁</p>	休園日
	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 270/14.2/6.1/41.3/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 262/11.1/7.2/39.8/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 297/11.4/9.3/43.8/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 293/12.9/9.9/39.9/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 279/12.8/6.8/43.1/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 301/10.0/9.0/46.8/0.5	
	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日
おひるごはん	<p>コーンチャップライス ●照り焼きローストチキン ●ポテサラツリー スープ フルーツ(りんご)</p>	<p>ご飯 カラスカレイの醤油焼き 鶏ささみと小松菜の炒め煮 みそ汁 フルーツ(白桃缶)</p>	<p>ご飯 豚肉の生姜煮 春雨のごまソテー みそ汁</p>	<p>ご飯 鮭のパン粉焼き 炒り粉豆腐 みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	休園日	休園日	休園日大晦日
	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 282/10.7/7.8/45.5/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/12.0/7.6/38.6/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 279/10.9/8.1/41.9/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 300/16.4/8.6/41.4/0.6			

*都合により、献立を変更する場合がございます。