

# 12月

# リトルキッズ献立カレンダー 前半



実習保育園

	月	火	水	木	金	土	日
おひるごはん	<p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>						12月1日
							休園日
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g						
	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日
おひるごはん	<p>ご飯 鶏肉の生姜照り焼き 大根と人参のサラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 豆腐と野菜のうま煮 さつま芋金平風 みそ汁</p>	<p>ナポリタン きゅうりのコーンサラダ スープ</p>	<p>きのこの炊き込みご飯 しらすのかき揚げ 野菜と挽肉のとろとろ煮 みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>鉄分強化!ふりかけご飯 鶏肉と野菜のごまだれ炒め かぼちゃとなすの甘辛煮 みそ汁</p>	土曜日メニュー	休園日
	栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 261/10.1/8.5/38.4/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 324/12.1/8.2/53.5/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 251/10.9/8.8/33.0/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 335/10.1/9.2/56.6/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 270/9.5/8.4/42.5/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g
	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日	12月14日	
おひるごはん	<p>ご飯 ●鶏肉と冬野菜の和風ポトフ かぼとコーンのだし和え フルーツ(りんご)</p>	<p>おろしあんかけうどん さつま芋のツナ炒め フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 白系タラの衣揚げ にんじゃが炒め煮 鶏汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p>鉄分強化!ふりかけご飯 豚肉と野菜の中華炒め 小松菜とれんこんの煮物 みそ汁</p>	<p>ご飯 カラスカレイの煮付け かぼちゃとささみのバター炒め みそ汁 フルーツ(みかん)</p>	土曜日メニュー	
	栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 260/10.4/7.7/40.6/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 300/11.5/9.2/43.5/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 284/13.8/6.8/44.8/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 270/10.6/8.7/39.9/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 264/12.3/6.0/42.0/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g

※都合により、献立を変更する場合がございます。