



1月 トルキッス献立カレンダー 後半



実相保育園

	月	火	水	木	金	土	日
			1月15日	1月16日	1月17日	1月18日	1月19日
ちのこはん	<p>あけましておめでとうございます 本年もよろしくお祈りします!</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>	<p>鉄分強化! ふいかけご飯 白糸タラの甘酢がらめ かぶと豚肉の炒め煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 鶏肉のチーズマヨ焼き ひじきとさつまいもの煮物 みそ汁</p>	<p>ご飯 助宗タラの揚げ煮 豚肉のキャベツ炒め みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p>土曜日メニュー</p>	<p>休園日</p>	
							<p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>257/11.1/5.7/42.3/0.8</p>
ちのこはん	<p>1月20日</p> <p>ご飯 豆腐の肉野菜あんかけ ほうれん草と人参のサラダ みそ汁</p>	<p>1月21日</p> <p>ご飯 カラスカレイのごま照り焼き 鶏肉と小松菜のおかか煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>1月22日</p> <p>豚肉と野菜の中華丼 きゅうりのツナサラダ みそ汁</p>	<p>1月23日</p> <p>鉄分強化! ふいかけご飯 鮭の豆乳クリームソース トマトのマヨコーンサラダ スープ フルーツ(みかん)</p>	<p>1月24日</p> <p>ご飯 豆腐と豚肉のくずし煮 さつまいもとインゲンの甘辛がらめ みそ汁</p>	<p>土曜日メニュー</p>	<p>休園日</p>
ちのこはん	<p>1月27日</p> <p>ご飯 助宗タラの竜田焼き 豚肉と野菜の煮物 スープ アップルゼリー</p>	<p>1月28日</p> <p>きのこご飯 鶏肉とピーマンのみそ炒め 白菜とトマトのマヨ醤油和え すまし汁</p>	<p>1月29日</p> <p>鉄分強化! ふいかけご飯 白糸タラの甘酢がらめ かぶと豚肉の炒め煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>1月30日</p> <p>ご飯 鶏肉のチーズマヨ焼き ひじきとさつまいもの煮物 みそ汁</p>	<p>1月31日</p> <p>ご飯 助宗タラの揚げ煮 豚肉のキャベツ炒め みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>		

※都合により、献立を変更する場合がございます。