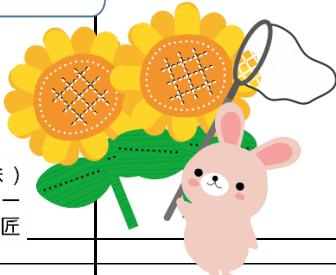




トリキッス献立カレンダー 後半



実相保育園

月		火 7月15日		水 7月16日		木 7月17日		金 7月18日		土 7月19日		日 7月20日	
よるごはん						土曜日メニュー		休園日					
	ご飯 白糸タラのパン粉焼き 豚肉と大根のみぞ煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)	鉄分強化！ふりかけご飯 蒸し鶏のさっぱりソースかけ ごろごろポテトサラダ みぞ汁	ご飯 豆腐と豚肉のとりみ煮 野菜の春雨ノデー みぞ汁	ご飯 カラスカレイの変わり西京焼 小松菜と鶏肉の煮物 すまし汁 フルーツ(バナナ)									
	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 280/13.4/5.9/45.0/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/11.2/9.9/43.4/0.9	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 298/11.7/6.6/49.4/0.6	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 325/11.3/15.0/38.9/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g						
7月21日		7月22日		7月23日		7月24日		7月25日		7月26日		7月27日	
よるごはん	休園日					土曜日メニュー		休園日					
		ご飯 鶏肉の甘酢炒め 切干大根ときゅうりのマヨ醤油和え みぞ汁	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラのチーズ焼き 小松菜と人参の豆腐煮 すまし汁 フルーツ(黄桃缶)	納豆ごはん 鶏ささみと野菜の生姜煮 大根のツナおかかか和え みぞ汁	ご飯 豆腐の和風肉あん 千ゲン菜のしらす炒め みぞ汁								
	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 260/9.0/8.4/39.8/0.8	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 315/13.3/10.4/45.8/0.9	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 272/15.1/5.6/43.0/0.8	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 271/12.3/8.3/39.2/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g						
7月28日		7月29日		7月30日		7月31日							
よるごはん							アサガオが綺麗に咲いていますね～						
	ご飯 チキンソテー和豆乳クリームソース 白菜と人参のサラダ スープ	ご飯 白糸タラのパン粉焼き 豚肉と大根のみぞ煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)	鉄分強化！ふりかけご飯 蒸し鶏のさっぱりソースかけ ごろごろポテトサラダ みぞ汁	ご飯 豆腐と豚肉のとりみ煮 野菜の春雨ノデー みぞ汁			タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠						
	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 294/11.3/10.1/41.9/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 280/13.4/5.9/45.0/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/11.2/9.9/43.4/0.9	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 298/11.7/6.6/49.4/0.6									
※都合により、献立を変更する場合がございます。													