

キッス献立カレンダー 後半





	A	火	*	木	≙	土	B
			6月15日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日
おひるごはん	*		炊き込みチキンピラフ	油場付と人参のご飯	乙版	カレー	保育園お休み
	22 23	,	スクランプルエッグ	白糸タラのコロコロ揚げ	麻婆豆腐	フルーツ(オレンジ)	
	# # # #	**	豆乳スープ		春雨サラダ		
	# #	,	フルーツ(バナナ)		中華スープ		
ш.		36			フルーツ(洋なし缶)		
栄養価	-			kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g			
価	.==	.==	383/13.9/12.5/56.1/1.3	422/14.0/14.4/61.9/1.0	401/12.6/10.5/65.3/1.1	48/0.9/1.4/7.9/0.6(カレー)	
	6月20日	6月21日	6月22日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日
おひるごは							保育園お休み
h	鉄分強化!ふりかけご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ミートスパゲッティ	
	鮭の甘辛炒め	玉子と豚肉のバター醤油炒め	茹で豚のおかかサラダ	カラスカレイのごき煮	豆腐と鶏肉のケチャップ煮	フルーツ(バナナ)	
	かぼちゃの豆乳煮	大根のツナサラダ	おふの玉子とじ煮	豚肉とさつき芋のバター炒め	ブロッコリーのマヨサラダ		
	チキンスープ	ਮ ਣਜ	aveit	a ≀≿i†	すまし汁		
		フルーツ(白桃缶)		ヨーグルト			
栄養	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g		
養価	413/16.9/11.9/60.9/1.1	406/17.2/14.2/53.6/1.1	364/16.9/9.2/55.0/1.1	372/14.3/9.7/59.6/1.0	397/15.1/13.1/56.9/0.8	83/2.3/1.7/14.6/0.7(スパケッティ)	
	6月27日	6月28日	6月29日	6月30日			
おひるごは					N	※マヨネースは卵が入っていないものを使用していきす	
h	鉄分強化!ふりかけご飯	ご飯	ポークカレーライス	ご飯			
	助宗タラのてい焼き	豚肉とキャベツのごま味噌炒め	白菜のツナサラダ	かぼちゃのグラタン風	22 22 22		
	豚しゃぶ豆腐サラダ	さつき芋と油揚げの煮物	フルーツ(オレンジ)	マカロニサラダ	***		
	# ₹ ;†	すまし汁		Z -7	ALL		
	フルーツ(オレンジ)						
栄		kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g		1	
養価	363/17.7/9.2/53.2/1.0	418/15.5/12.5/62.2/1.0	407/13.3/12.3/64.0/1.5	454/14.3/15.6/67.3/1.2		1	
_						※都合により、献立を変更する場合がごご	ジノキオ