

2023年

1月 献立表

まんまる保育園

		月	火	水 4	木 5	金 6	土 7	
屋食	10時			油麩丼 味噌汁 (じゃが芋・ほうれん草) 里芋の煮物 フルーツゼリー	ごはん 味噌汁 (南瓜・人参) 鶏のパン粉焼き ほうれん草サラダ りんご	チキンカレー みそドレッシングサラダ オレンジ	わかめおにぎり 味噌汁 (高野豆腐・ほうれん草) 豚肉の漬け焼き うまっこりー バナナ	
	3時			麦茶 ビスケット	牛乳 野菜ジュース蒸しパン	牛乳 おせんべい	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい
	3時				牛乳 野菜ジュース蒸しパン	牛乳 フレンチトースト	牛乳 かぼちゃのあべかわ	牛乳 ビスケット
屋食	10時		10	11	12	13	14	
	3時		10	11	12	13	14	
	3時		10	11	12	13	14	
屋食	10時		16	17	18	19	20	21
	3時		16	17	18	19	20	21
	3時		16	17	18	19	20	21
屋食	10時		23	24	25	26	27	28
	3時		23	24	25	26	27	28
	3時		23	24	25	26	27	28
屋食	10時		30	31				
	3時		30	31				
	3時		30	31				

※都合により変更になる場合があります

【今月の栄養給与量】

エネルギー (kcal)	483
たんぱく質 (g)	19.5
脂質 (g)	14.4
食塩相当量 (g)	1.3

