



1月



献立カレンダー 後半



二葉学園 乳児部

	月	火	水	木	金	土	日	
					1月15日	1月16日	1月17日	
ひるごはん	 <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>ハヤシライス マカロニとフロッキーのサラダ フルーツ(バナナ)</p> <p>ご飯 えびとかぶの中華煮 豚肉と野菜のソテー みそ汁 フルーツ(黄桃缶)</p>	
					Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g	
					438/13.0/11.4/68.1/1.0		361/14.1/7.0/57.0/1.5	
栄養価おやつ					牛乳 121Kcal		牛乳 121Kcal	
					マフィン(フレーン) 134Kcal		しょうゆせんべい 75Kcal	
	1月18日	1月19日	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	
ひるごはん	 <p>ご飯 カラスカレイの野菜あんかけ かぼちゃの豆サラダ みそ汁 フルーツ(りんご)</p> <p>鉄分強化! ふりかけごはん 冬野菜のクリームシチュー きゅうりとトマトのサラダ フルーツ(オレンジ)</p>		 <p>豚丼 かぼちゃの煮物 みそ汁 フルーツ(バナナ)</p> <p>ご飯 照り焼きハンバーグ ツナと粉豆腐の炒り煮 おまし汁</p>		 <p>ご飯 白糸タラのごま煮 もやしの玉子炒め みそ汁 フルーツ(バナナ)</p> <p>ご飯 ツナとトマト煮込み かぶとわかめのサラダ スープ フルーツ(りんご)</p>			
	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g	
	396/11.7/10.2/62.9/0.9		396/11.5/11.9/58.4/1.3		462/19.2/17.3/54.8/1.0		361/9.3/8.1/60.9/1.1	
栄養価おやつ	牛乳 121Kcal ビスケット 86Kcal		牛乳 121Kcal マカロニきな粉 118Kcal		牛乳 121Kcal フライドポテト(塩) 117Kcal		牛乳 121Kcal おふろスク 76Kcal	
	1月25日		1月26日		1月27日		1月28日	
ひるごはん	 <p>あったか鶏の玉子とじうどん さつまいもの塩バター煮 フルーツ(りんご)</p> <p>ご飯 助宗タラの和風焼き 切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>		 <p>ひじきご飯 玉子と野菜のオイスター炒め ポテトサラダ みそ汁</p> <p>親子丼 キャベツと人参のごま和え みそ汁 ヨーグルト</p>		 <p>ハヤシライス マカロニとフロッキーのサラダ フルーツ(バナナ)</p> <p>ご飯 えびとかぶの中華煮 豚肉と野菜のソテー みそ汁 フルーツ(黄桃缶)</p>			
	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g	
	349/12.3/8.9/54.3/2.1		346/13.6/5.5/58.8/0.9		443/15.6/17.2/54.8/1.4		370/18.6/6.5/57.0/1.0	
栄養価おやつ	フルーツ(ミックスベリー) 87Kcal		牛乳 121Kcal 芋けんぴ 100Kcal		牛乳 121Kcal チーズ34Kcal		牛乳 121Kcal あられ 76Kcal	
	1月29日		1月30日		1月31日			
	マフィン(フレーン) 134Kcal		しょうゆせんべい 75Kcal					

*都合により、献立を変更する場合がございます。