

# 7月 キッス献立カレンダー 前半

二葉学園幼児部

	月	火	水	木	金 7月1日	土 7月2日	日 7月3日
おひるごはん	 <p>アサガオとヒマワリが 元気に咲いていますね!</p> <p>タイヘイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>				 <p>鉄分強化! ふりかけごはん 鶏肉と玉ねぎのノテー お豆腐のじゃこサラダ みそ汁</p>	 <p>納豆ごはん 茹で鶏の中華だれ ひじきの煮物 すまし汁</p>	
栄養価おやつ					Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 380/15.7/12.7/51.9/1.2 牛乳 121Kcal フライドポテト(塩) 117Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 426/17.7/15.5/55.8/1.3 牛乳 121Kcal サッポロポテトバーベQ 39Kcal	
		7月4日	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日
おひるごはん	<p>愛情弁当の日</p>	 <p>しらすとコーンの米粉かき揚げ丼 鶏肉と白菜のとうみ煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	 <p>ハヤシライス キャベツと人参のサラダ フルーツ(バナナ)</p>	 <p>鉄分強化! ふりかけごはん 豚肉と白菜のごま炒め にんじゃが炒め煮 みそ汁</p>	 <p>ご飯 助宗タラと野菜の米粉天ぷら マカロニサラダ みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	 <p>ご飯 豚肉と野菜の生姜炒め 大根の信田煮 みそ汁</p>	
栄養価おやつ	フルーツ(いちご) 71Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 429/12.1/12.1/70.1/1.2 牛乳 121Kcal カンパン 83Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 392/12.0/11.2/62.2/1.0 牛乳 121Kcal 芋けんぴ 100Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 348/14.2/9.6/53.9/0.9 牛乳 121Kcal とんがりコーン 66Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 411/11.9/10.1/70.3/0.9 牛乳 121Kcal 水ようかん 31Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 370/15.0/11.4/52.4/0.8 牛乳 121Kcal ルヴァン 78Kcal	
おひるごはん	7月11日	7月12日	7月13日	7月14日			
	 <p>夏野菜カレー お豆腐サラダ フルーツ(白桃缶)</p>	 <p>ご飯 カラスカレイの野菜あんかけ フロッコリーの玉子炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	 <p>ビビンバ風 きゅうりとトマトのサラダ 中華スープ フルーツ(バナナ)</p>	 <p>ご飯 白糸タラの甘酢あん 大根と豚肉の炒め煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>			
栄養価おやつ	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 435/15.7/13.5/65.0/1.5 牛乳 121Kcal マフィン 134Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 355/12.1/11.1/55.3/1.1 牛乳 121Kcal 青りんごゼリー 80Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 371/11.3/12.1/55.8/1.1 牛乳 121Kcal しょうゆせんべい 75Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 361/13.8/7.3/61.8/1.1 牛乳 121Kcal クッキー 104Kcal			

※都合により、献立を変更する場合がございます。