



9月のこんだて

ゆたか幼稚園

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
第二学期始業式	たまごとじうどん 牛乳 かにかま磯辺揚げ ブロッコリーのおかかかえ オレンジ	手作り弁当	ごま塩ごはん すまし汁 鶏の照り焼き ひじきの炒り煮 パイン缶	手作り食パン/いちごジャム トマトスープ サーモンフライ マカロニサラダ グレープフルーツ
	294/13.4/8.5/2.4		320/12.3/7.2/1.7	377/12.5/14.4/2.0
10	11	12	13	14
わかめごはん みそ汁 から揚げ もやしサラダ みかん缶	ポークカレー 牛乳 チーズはんぺんフライ フレンチサラダ 一口ゼリー	きつねうどん 牛乳 イカの天ぷら カリフラワーサラダ オレンジ	ふりかけごはん(たまご) のっぺい汁 さばのみそ煮 大根サラダ グレープフルーツ	祖父母学級 (午前保育)
346/14.6/7.2/2.2	547/15.4/21.5/3.0	372/14.5/14.1/2.4	358/15.1/9.6/1.9	
17	18	19	20	21お楽しみメニュー
敬老の日	しょうゆラーメン 牛乳 ミニドック 花野菜サラダ チーズキャンディー *ぶどうゼリー	手作り弁当	ごはん 中華スープ マーボー豆腐 三色ナムル オレンジ	バターロール ポトフ えびカツ ミートボール チーズサラダ バナナ
	426/14.9/16.1/1.2		328/13.3/7.1/1.7	379/13.2/17.6/2.1
24	25	26	27	28
振替休園	ふりかけごはん(たまご) オニオンスープ 野菜コロッケ ツナサラダ オレンジ	手作り弁当	ふりかけごはん(おかか) そうめん汁 肉団子の酢豚風 かぼちゃサラダ パイン缶	二色丼 みそ汁 アジフライ 春雨サラダ グレープフルーツ
	428/11.3/12.0/1.9		436/11.4/13.1/2.0	414/15.7/9.7/2.2
				*入荷の都合により 変更になる場合があります

エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)/脂質(g)/食塩(g)

※ ナフキン・お箸・コップ・歯ブラシを持たせてください。

※ カレーなどである時は、スプーンも持たせるようお願いいたします。