



ゆたか幼稚園

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
枝豆ごはん みそ汁 サーモンフライ 五目きんぴら みかん缶 355/13.0/7.9/2.1	ごま塩ごはん 春雨スープ にら玉肉豆腐 中華ポテト グレープフルーツ 357/10.7/9.1/1.4	*お弁当*	ロールパン 野菜スープ チキントマト煮 ポテトサラダ オレンジ 386/15.4/18.7/2.0	あけぼのごはん 厚揚げのスープ えびかつ バンバンジー風サラダ バナナ 422/15.3/11.6/2.0
8	9	10	11	12
ごはん えび団子汁 鶏の照り焼き ほうれん草ごま和え もも缶 345/12.6/7.0/1.7	冷やしたぬきうどん 乳酸菌飲料 かにかま磯辺揚げ れんこんサラダ パイナップル 410/10.0/11.3/2.6	*お弁当*	リニューアルパン ミネストローネ 白身魚のクリームコーン焼き シーザーサラダ ミニシュークリーム 408/14.5/23.0/1.4	チキンカレー/福神漬 牛乳 チーズはんぺんフライ コールスローサラダ オレンジ 560/16.9/18.8/3.2
15	16	17	18	19
わかめごはん すまし汁 高野豆腐玉子とじ 大根ツナ和え グレープフルーツ 378/13.3/12.1/2.1	ごはん みそ汁 から揚げ ひじきと大豆煮 一口ゼリー 391/18.6/11.0/2.6	*お弁当*	ふりかけごはん(玉子) けんちん汁 さばの味噌煮 ブロッコリーチーズおかか和え みかん缶 361/16.3/9.8/1.3	ミートスパゲティ コンソメスープ ハムカツ コーンサラダ バナナ 449/13.7/17.0/2.5
22	23	24	25	26
菜めし すまし汁 鶏の西京焼き 海藻サラダ パイン缶 329/12.7/6.6/2.2	二色丼 のっぺい汁 イカフライ シルバーサラダ オレンジ 432/13.5/13.3/1.7	*お弁当*	ゆかりごはん みそ汁 豚の生姜炒め 花野菜サラダ もも缶 406/13.3/15.6/1.6	揚げパン/ココア 千切り野菜スープ ベイクドエッグポテト スパゲティサラダ チーズキャンディー 375/7.5/17.4/1.2
29	30			
ふりかけごはん(おかか) わかめスープ ハンバーグ/ケチャップ 春雨サラダ みかん缶 396/13.3/10.4/1.9	焼きそば 中華スープ 揚げギョーザ 三色ナムル バナナ 351/10.3/9.8/2.3			

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。

※カレーなどでる時は、スプーンも持たせるようお願いいたします。