

2月のこんだて

ゆたか幼稚園

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
玉子とじうどん 牛乳 春巻き ごぼうとツナのサラダ もも缶 431/14.4/18.0/1.8	梅おかかごはん いわしのつみれ汁 鶏の西京焼き 白菜のとろりあんかけ 一口ゼリー 340/14.4/8.1/2.0	*お弁当* *ヨーグルト	食パン 野菜スープ ハンバーグデミソース ポテトサラダ りんご *チョコクリーム	ミートソーススパゲティー コンソメスープ チーズはんぺんフライ ブロッコリーサラダ みかん缶 366/14.1/9.8/2.5
8	9	10	11	12
二色丼 みそ汁 えびかつ 青菜のごま和え パイン缶 392/14.3/9.8/2.2	ごはん すまし汁 白身魚のみそマヨ焼き かにかま和え グレープフルーツ	ポークカレー/福神漬け 牛乳 ミニドック ツナサラダ バナナ 608/16.1/22.2/3.5	【建国記念日】	<年長バイキング予定> わかめごはん 牛乳 鶏のから揚げ 春雨サラダ オレンジ 470/19.3/15.0/2.1
15	16	17	18	19
ごはん みそ汁 親子煮 豆腐ナゲット もも缶 364/14.8/7.4/2.0	ごま塩ごはん チンゲン菜のスープ 麻婆豆腐 かにしゅうまい バナナ	*お弁当* *プリン	ふりかけごはん(おかか) みそ汁 サーモンフライ 五色和え チーズキャンディー	チキンカレー/福神漬け 牛乳 ハムカツ スパゲッティサラダ グレープフルーツ 669/17.8/25.2/3.4
22	23	24	25	26
ごはん すまし汁 さばの味噌煮 れんこんサラダ パイン缶 361/13.5/9.9/1.2	【天皇誕生日】	みそラーメン りんごジュース うずら串フライ キャベツナムル みかん缶 354/10.4/7.5/2.9	ふりかけごはん(野菜) むらくも汁 鶏の照り焼き 五目きんぴら ミニシュークリーム	揚げパン/シュガー 牛乳 プレーンオムレツ フレンチサラダ オレンジ 365/12.2/16.5/1.2

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。

※カレーがでる時は、スプーンも持たせるようお願いいたします。