



ゆたか幼稚園

月	火	水	木	金
				1
				チキンカレー/福神漬け 牛乳 豆腐ナゲット ツナサラダ 一口ゼリー
				526/16.3/20.1/3.4
4	5	6	7	8
わかめごはん かきたま汁 肉コロケ ひじきと大豆煮 もも缶	ごはん すまし汁 魚のちゃんちゃん焼き風 かにかま和え オレンジ	醤油ラーメン 牛乳 揚げぎょうざ れんこんの中華和え りんご	ロールパン 野菜スープ 鶏肉と里芋のグラタン たこウインナー パイン缶 ☆牛乳	* お弁当 *
347/11.6/6.6/2.1	331/16.0/8.0/1.7	402/15.2/12.3/1.1	421/17.5/18.6/1.9	
11	12	13	14	15
二色丼 みそ汁 ミートボール 花野菜サラダ みかん缶	肉うどん 牛乳 えび団子揚げ 千草和え バナナ	【長:フェスティバル】 中・少・ひ 休園	ライ麦パン コンソメスープ チキンカツ コーンサラダ グレープフルーツ ☆牛乳	【長:お楽しみ保育】 中・少・ひ 休園
368/13.7/12.4/1.9	409/15.2/14.8/2.8		435/20.9/20.0/1.9	
18	19	20	21	22
ふりかけごはん(野菜) すまし汁 白身魚フライ チャプチェ パイン缶	菜めし みそ汁 にら玉肉豆腐 えびしゅうまい オレンジ	* お弁当 *	ふりかけごはん(おかか) 根菜ごま汁 鶏の照り焼き ほうれん草ナムル もも缶	ミートソーススパゲティ コンソメスープ コーンクリームコロケ コールスローサラダ 一口ゼリー ☆牛乳
313/9.0/5.8/1.2	385/13.0/12.4/1.8		325/13.0/7.3/1.7	481/18.7/19.0/2.6
25	26	27	28	29
ごはん えび団子汁 さばの味噌煮 春雨サラダ みかん缶	卵とじうどん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ ほうれん草のツナ和え バナナ	* お弁当 *	揚げパン/ココア 野菜スープ 鶏のピザ風焼き フレンチサラダ 一口ゼリー ☆牛乳	コーンごはん コンソメスープ パンプキンハンバーグ かぼちゃサラダ ミニシュークリーム
362/14.2/8.8/1.9	389/16.7/12.5/2.2		467/19.9/22.3/2.4	421/14.7/15.4/2.3

※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。

エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)/脂質(g)/食塩(g)