



月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
【冬休み】	→	→	→	→
10	11	12	13	14
【成人の日】	【始業式】	*お弁当*	ふりかけごはん(野菜) すまし汁 鶏のから揚げ 花野菜サラダ ミニシュークリーム	三色丼 かぶのみそ汁 ぶりの照り焼き 青菜のごま和え 花みかん
			356/12.4/13.6/1.4	385/19.0/12.2/1.8
17	18	19	20	21
わかめごはん むらくも汁 白身魚フライ 春雨サラダ もも缶	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 かにしゅうまい バナナ	*お弁当*	コッペパン 野菜スープ マカロニのクリーム煮 コーンサラダ ぶどうゼリー *牛乳	ポークカレー 牛乳 豆腐ナゲット ツナサラダ オレンジ
334/9.5/6.3/1.8	364/12.5/8.2/1.9		470/18.5/20.3/1.5	529/15.2/21.4/3.4
24	25	26	27	28
菜めし みそ汁 鶏の照り焼き 千草和え パイン缶	みそラーメン 牛乳 春巻き キャベツの中華和え グレープフルーツ	*お弁当*	揚げパン/ココア 肉団子のスープ ベイクドエッグポテト スパゲティサラダ 一口ゼリー *牛乳	ふりかけごはん(玉子) けんちん汁 さばの味噌煮 れんこんサラダ バナナ
331/12.8/8.1/1.7	375/14.7/14.0/1.0		501/13.8/24.9/1.7	419/16.3/14.2/1.0
31				
【振替休園】				

※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)