

9月の献立表

ゆたか幼稚園

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
始業式	わかめごはん みそ汁 唐揚げ ごまサラダ ミニシュークリーム	揚げパン/ココア トマトスープ チーズオムレツ いんげんサラダ 一口ゼリー *牛乳	ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き 枝豆コーンポテトサラダ もも缶	ミートソーススパゲティ コンソメスープ サーモンフライ コールスローサラダ みかん缶 *牛乳
	352/12.7/11.7/1.6	427/14.2/18.8/1.7	421/14.7/16.5/1.5	429/17.4/15.5/1.8
9	10	11	12	13
ふりかけごはん みそ汁 鶏肉の照り焼き 鉄分たっぷりサラダ オレンジ	冷やしわかめうどん 牛乳 白身魚天ぷら 塩昆布和え 梨	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 もやしとツナのナムル パン缶	菜めしごはん みそ汁 野菜コロッケ スパゲティソテー グレープフルーツ	祖父母学級
382/15.4/14.5/1.6	333/13.4/9.6/1.8	343/13.1/8.6/1.7	410/9.4/12.0/1.7	
16	17	18	19	20
敬老の日	ごはん 里芋汁 お月見ハンバーグ かぼちゃサラダ 一口ゼリー	ごはん むらくも汁 メンチカツ 大豆とひじきの煮物 みかん缶	ライ麦パン オニオテスープ 肉団子のトマト煮 ブロッコリーサラダ バナナ *牛乳	ふりかけごはん すまし汁 さばのみそ煮 切干大根のサラダ パン缶
	420/15.0/14.3/1.7	361/11.3/9.3/1.6	463/17.3/18.5/1.7	378/15.3/13.8/1.4
23	24	25	26	27
振替休日	二色丼 みそ汁 たこウインナー マカロニサラダ 一口ゼリー	ゆかりごはん きのこ汁 白身魚のみそマヨ焼き 大根のそぼろ煮 オレンジ	ごはん みそ汁 高野豆腐の玉子とじ カニカマ和え もも缶	焼きそば わかめスープ 餃子 れんこん中華サラダ パン缶 *牛乳
	407/14.4/15.3/1.6	296/13.5/6.5/1.8	405/16.5/13.3/1.7	441/15.7/16.8/1.6
30				
焼き鳥丼 みそ汁 厚焼き玉子 ごぼうサラダ みかん缶				
382/10.9/8.8/1.8				

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!、スプーンも持たせるようお願いいたします。