

5月のこんだて

ゆたか幼稚園

月	火	水	木	金
			1	2
			リニューアルパン クラムチャウダー かぼちゃコロッケ グリーンサラダ オレンジ *牛乳	わかめごはん すまし汁 白身魚のみそマヨ焼き 千草和え グレープフルーツ
			446/15.3/20.2/1.8	325/14.0/6.4/1.4
5	6	7	8	9
子どもの日	振替休日	ふりかけごはん みそ汁 豆腐ハンバーグ 根菜の甘辛炒め 一口ゼリー	ごはん みそ汁 唐揚げ スパゲティーサラダ バナナ	カレーライス/福神漬け 牛乳 たこウインナー 鉄分たっぷりサラダ みかん缶
		370/14.6/7.7/1.6	410/13.2/14.6/1.5	536/15.5/23.6/2.0
12	13	14	15	16
ふりかけごはん みそ汁 照り焼きチキン かに風味サラダ オレンジ	鮭わかめごはん みそ汁 カレーコロッケ 春雨サラダ パイン缶	コーンごはん きのこスープ チキンチャップ フレンチサラダ みかん缶	焼きそば 野菜スープ ミニハッシュドポテト 6品目バランスごま和え 一口ゼリー *牛乳	ごはん けんちん汁 サーモンフライ かみかみサラダ もも缶
351/15.1/10.5/1.6	362/7.3/7.9/1.7	336/13.7/7.1/1.8	387/13.7/15.5/1.6	392/13.4/13.0/1.5
19	20	21	22	23
二色丼 中華スープ シュウマイ ほうれん草のツナ和え みかん缶	年中少ひよこ 親子春季遠足	ミートスパゲティ コンソメスープ オムレツ コーンサラダ もも缶 *牛乳	ごはん みそ汁 親子煮 ポテトサラダ バナナ	ふりかけごはん すまし汁 さばのみそ煮 切干大根のごまサラダ 一口ゼリー
346/12.6/9.0/1.6		385/17.4/10.9/1.8	404/15.2/11.0/1.6	357/15.2/11.8/1.7
26	27	28	29	30
ごはん みそ汁 白身魚フライ れんこん金平 パイン缶	年長 親子春季遠足	揚げパン/ココア 大豆のトマトスープ マカロニグラタン 花野菜サラダ 一口ゼリー *牛乳	ごま塩ごはん 中華スープ 揚げ出し豆腐の野菜あんかけ ミートボール オレンジ	たまごとじうどん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ ごぼうサラダ もも缶
346/10.5/7.8/1.5		471/18.3/17.1/1.8	332/11.1/10.9/1.5	382/15.4/13.1/1.9