



日	曜日	こんだてめい			しょくひんのはたらき			えいようか	おかえりのじかん	こんだてめい	おかえりのじかん	
		ごはん・パン・めん	のみもの	おかず	【き】	【あか】	【みどり】					おやつきゅうしょく
8	水	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> ねんちゆう ねんちゆう ~年中・年長はおやつが出来ます~ </div>							在園児のみ(年中・年長)	おやつきゅうしょく	おかえりのじかん	
ねんちゆう 年長(ゆり・ふじ)										年少(ちゅうりっぷ・たんぼぼ)	年中(すみれ・さくら)	おかえりのじかん
9	木	チキンカレー	まぜまぜゼリー	こめ むぎ じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう とりにく パルメザンチーズ	にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが りんご みかん フルーツミックス	530 15.7 1.9	13:30	まぜまぜゼリー	年少 11:00 年中 11:30	
ねんちゆう 年中(すみれ・さくら)・年長(ゆり・ふじ)										年少 (ちゅうりっぷ・たんぼぼ)		
10	金	せきはん	さけのしおやき ちぐさあえ すましじる	こめ もちこめ くるごま さとう	ささげ ぎゅうにゅう さけ たまご はんぺん わかめ	にんじん ほうれんそう みつば	もやし だいこん	426 26.5 1.6	13:30	せんべい ぎゅうにゅう	11:30	
13	月	むぎごはん ふりかけ	とりにくのさっぱりスティックぎゅうり だいこんのみそしる パナナ	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう みそ あぶらあげ わかめ にぼし	いんげん	にんにく にんにく ほしいたけ ねぎ きゅうり だいこん こんにやく パナナ	453 19.6 2.0	年中 13:30 年長 13:30	バナナ ぎゅうにゅう	11:30	
14	火	クリームサンド	コーンサラダ ニョッキのスープ	せわりコッペパン コアラのマーチ あぶら さとう ニョッキ じゃがいも	ホイップクリーム ぎゅうにゅう ウィナー	にんじん	とうもろこし キャベツ きゅうり たまねぎ	523 16.1 2.0		ビスケット ぎゅうにゅう		
15	水	きつねうどん	やしししゃも とりにくのあえもの パナナ	うどん さとう ごまあぶら	ぶたにく ししゃも ぎゅうにゅう かつおぶし とりにく あぶらあげ	にんじん ほうれんそう	ほしいたけ ねぎ キャベツ しょうが パナナ	422 23.3 1.7		せんべい ぎゅうにゅう		
16	木	むぎごはん	ぶたにくのアップルソースかけ こまつなのからしあえ いなかじる	こめ むぎ さとう いりごま オレンジゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ なまあげ	こまつな にんじん	しょうが りんご たまねぎ もやし だいこん ねぎ えのき まいたけ	486 22.0 1.7		オレンジゼリー		
17	金	ちゅうかどん	ちゅうかスープ プチダノン	こめ ごまあぶら かたくりこ いりごま	ぶたにく わかめ ムキエビ あさり うずらのたまご いか たまご プチダノン	にんじん チンゲンサイ	しょうが にんじん たまねぎ たけのこ はくさい きくらげ ねぎ もやし	459 22.6 1.7		ヨーグルト		
20	月	たけのこごはん	さけのしおやき かきたまじる	こめ さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう さけ とりにく あぶらあげ とうふ かつおぶし たまご	にんじん いら	たけのこ ごぼう しめじ	473 27.8 1.7	ビスケット ぎゅうにゅう	年中 13:30 年長 13:30	11:30	
21	火	はるやさいのスパゲティ	キャベツスープ フルーツパバロア	ハーフスパゲティ オリーブあぶら	ベーコン ほたて パルメザンチーズ ぎゅうにゅう	なばな にんじん パセリ	たまねぎ にんにく マッシュルーム キャベツ とうもろこし みかん ミックスフルーツ	455 19.5 1.1	せんべい ぎゅうにゅう			
22	水	むぎごはん	マーボードウフ はるさめスープ パナナ	こめ むぎ さとう ごまあぶら かつおぶし かたくり はるさめ おからこんにやく	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ とりにく わかめ	にんじん	エリンギ しょうが にんにく たけのこ ねぎ だいこん パナナ	465 18.4 1.3	バナナ ぎゅうにゅう			
23	木	ミルクパン	ハンバーグ コーンサラダ コンソメスープ	ミルクパン パンこ さとう あぶら オリーブあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく とりにく ベーコン	にんじん パセリ	たまねぎ りんご とうもろこし キャベツ きゅうり	535 22.3 2.0	ジョア			
24	金	むぎごはん	じゃがいものそぼろに わかめのすのもの あぶらあげのみそしる アセロラゼリー	こめ むぎ あぶら じゃがいも さとう かたくりこ アセロラゼリー	ぎゅうにゅう わかめ ぶたにく しらすほし あぶらあげ みそ	にんじん グリンピース	たまねぎ たけのこ ほしいたけ ねぎ きゅうり しょうが だいこん えのき	469 18.0 2.0	アセロラゼリー			
27	月	しおやきそば	ぐんまのシュウマイ たまごスープ いちご	むしちゅうかめん あぶら はるさめ かたくりこ	ぶたにく いか ムキエビ わかめ ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	にんにく もやし ねぎ キャベツ たまねぎ たけのこ きくらげ とうもろこし いちご	415 21.1 1.6	はらじゆくドック ぎゅうにゅう	年中 13:30 年長 13:30	11:30	
28	火	こぎつねごはん	かつおとたけのこのにも きぬさやのみそしる オレンジ	こめ さとう あぶら	とりにく あぶらあげ あぶら	にんじん グリンピース きぬさや	かんぴょう たけのこ ほしいたけ たまねぎ オレンジ	468 21.6 2.0	ビスケット ぎゅうにゅう			
29	水	し ょ う わ の 日										
30	木	くろパン ぬるチーズ	とりにくのマスタードやき コールスローサラダ コンソメスープ	くろパン さとう あぶら じゃがいも	プロセスチーズ ぎゅうにゅう みそ とりにく ベーコン	にんじん パセリ	しょうが にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし たまねぎ	520 20.2 1.9	13:30	ヨーグルト	11:30	

給食についてお知らせです！
 ○年中・年長さんは、おやつだけの日と給食が出る日があります。お箸セットをわすれずをお願いします。
 ○年少(ちゅうりっぷ組・たんぼぼ組)さんは、給食室でスプーンを用意します。
 ○都合により、献立や食材が変更になることがあります。ご了承ください。

今月の平均
 エネルギー：443kcal
 たんぱく質：19.6g
 食塩相当量：1.6g

幼児1人1回あたりの平均栄養所要量の基準
 ・エネルギー 441kcal ・食塩相当量 1.5g未満
 ・たんぱく質 18g(13~20%の範囲)

今月の給食目標
 ★みんないっしょに
 たのしくたべよう！

～園行事について

- ・7日(火) 始業式
- ・9日(木) 入園式