



東中川保育園
3608-3394

14日・28日(月)	1日・15日・29日(火)	2日・16日・30日(水)
ごま塩ごはん 魚の照り焼き 大根の磯煮 里芋の味噌汁 キウイ・ヨーグルト クッキー 牛乳 594kcal 24.9g 	ミートソース スパゲティー ジャーマンポテト わかめスープ パイン・ヨーグルト バナナ 牛乳 677kcal 25.3g	ポークカレー 自家製福神漬け 小松菜としらすの煮浸し 豆腐と春雨のスープ いちご・ヨーグルト 味噌おでん 牛乳 629kcal 24.0g
3日・17日・31日(木)	4日・18日(金)	5日・19日(土)
中華丼(3日ちらし寿司) 大豆とひじきの炒め煮 カブの味噌汁 りんご・ヨーグルト 3日桜餅・牛乳 フルーツゼリー 牛乳 554kcal 21.8g	ピーナツサンド 鮭のムニエル 三色サラダ ポテトスープ みかん・ヨーグルト チーズクラッカー 牛乳 606kcal 25.7g 	わかめうどん じゃが芋のそぼろ煮 皮無しウインナー もも・ヨーグルト 19日持ち帰り給食 せんべい リンゴジュース 554kcal 20.4g
7日(月)	8日・22日(火)	9日・23日(水)
海苔佃煮ごはん 千草焼き じゃが芋の煮物 わかめの味噌汁 グレプフルーツ・ヨーグルト せんべい 牛乳 639kcal 22.6g	バターサンド カレーコロケ キャベツソテー ミニトマト・野菜スープ パイン・ヨーグルト 焼きそば 牛乳 674kcal 22.4g	ごはん 魚の梅味焼き 五目きんぴら・すまし汁 いちご・ヨーグルト 9日・お弁当 クッキー 牛乳 615kcal 24.3g
10日・24日(木)	11日・25日(金)	12日・26日(土)
チャーシュー麺 南瓜の含め煮 ブロッコリーサラダ みかん・ヨーグルト おにぎり 牛乳 583kcal 25.8g	深川ご飯 納豆の天ぷら キャベツのおかか煮 大根の味噌汁 りんご・ヨーグルト アメリカンドック 牛乳 675kcal 25.4g 	鶏南蛮うどん さつま芋の甘煮 スティックチーズ もも・ヨーグルト クラッカー リンゴジュース 574kcal 19.5g

