



東中川保育園
3608-3394

2・16・30 (月)	17・31 (火)	18 (水) 誕生会
ご飯 高野豆腐の卵とじ アスパラソテー もやしの味噌汁 みかん・ヨーグルト ヨソマヨネーズトースト 牛乳 515kcal 19.8g	ご飯 魚のコーンフレーク揚げ 大豆入りサラダ 麩のすまし汁 りんご・ヨーグルト クッキー 牛乳 635kcal 19.3g	ちゃんぽん麺 じゃが芋のそぼろ煮 棒チーズ オレンジ ヨーグルト ホットドッグ 牛乳 593kcal 25g
19 (木)	6・20 (金)	7・21 (土)
ジャムパン レバー唐揚げ 南瓜とインゲンのサラダ ブロッコリーのスープ パイン・ヨーグルト バナナ 牛乳 532kcal 23.8g	ごま塩ご飯 白身魚のマヨネーズソース おかか煮 じゃが芋の味噌汁 グレップフルーツ・ヨーグルト ビスケット 牛乳 574kcal 21g	味噌うどん さつまいもの甘煮 スティックチーズ バナナ ヨーグルト せんべいとラムネ 牛乳 684kcal 21.9g
9・23 (月)	10・24 (火)	11・25 (水)
海苔佃煮ご飯 卵とビーフンの野菜炒め 南瓜の含め煮 豆腐のすまし汁 オレンジ・ヨーグルト バナナ 牛乳 476kcal 16.9g	ロールパン アスパラのキッシュ キャベツソテー ミニトマト ポテトと青菜のスープ もも、ヨーグルト 大学芋 牛乳 596kcal 24.4g	ご飯 ポークカレー おかか煮 わかめの味噌汁 パイン・ヨーグルト りんご 牛乳 581kcal 16.5g
12・26 (木)	13・27 (金)	14・28 (土)
子ぎつねうどん 魚の南蛮焼き スナックえんどう みかん ヨーグルト おにぎり 牛乳 552kcal 24.7g	ご飯 豆腐団子のあんかけ 三色サラダ 青菜の味噌汁 キウイ・ヨーグルト ジャムサンドクラッカー 牛乳 670kcal 24.1g	ご飯 じゃが芋の煮物 キャベツソテー ミニトマト 田舎風味噌スープ もも、ヨーグルト せんべい 牛乳 520kcal 14.8g