



4がつのこんだて



		月	火	水	木	金	土
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						442Kcal/18.6g/15.0g	
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						363Kcal/19.9g/16.2g	
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						ぎゅうにゅう(100)	
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						むぎごはん おやこに なのはなのごまあえ	
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						じゃがいものみそしる いちご	
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						むぎちゃ しおせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						442Kcal/20.3g/13.6g	446Kcal/19.7g/9.9g
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						369Kcal/20.0g/14.7g	382Kcal/22.0g/10.3g
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						むぎごはん たいのしおやき はるやさいのいためもの	むぎごはん ささみのあまみそいため さつまいものあまに
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						かぶのみそしる いよかん	なめこじる バナナ
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						むぎちゃ ホットケーキ ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ まいにちかじつ ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						175Kcal/8.6g/5.6g	452Kcal/19.5g/15.0g
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						108Kcal/5.3g/1.8g	371Kcal/20.2g/16.5g
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						むぎごはん にくみそどうふ さんしよくやさいのおひたし	むぎごはん にくみそどうふ さんしよくやさいのおひたし
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						むぎごはん わかめじる バナナ	むぎごはん わかめじる バナナ
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						むぎちゃ やきうどん	むぎちゃ きなこぼう ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						432Kcal/12.9g/10.7g	437Kcal/19.4g/9.4g
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						372Kcal/15.7g/14.6g	362Kcal/21.4g/9.6g
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						バナナ むぎちゃ むぎごはん	バナナ むぎちゃ むぎごはん
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						むぎごはん ぶたにくとアスパラいため さつまいものあまに	むぎごはん ささみのあまみそいため さつまいものあまに
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						キャベツのみそしる いよかん	なめこじる バナナ
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						むぎちゃ ミロスコーン ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ あられ ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						437Kcal/16.6g/16.4g	446Kcal/17.8g/14.9g
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						361Kcal/16.4g/17.5g	365Kcal/18.5g/16.4g
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん	おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						むぎごはん あげどうふ やさしいため	むぎごはん にくみそどうふ さんしよくやさいのおひたし
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						きこのこじる いちご	わかめじる キャンディーチーズ ブルー
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂						むぎちゃ わふうミートスパゲッティ ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ かーさんビスケット ぎゅうにゅう(未100 以200)

毎月のお願い

誕生祝会

- ★全国児、完全給食ですので白飯の持参は要りません。
- ★4・5歳児はメニューによって箸・スプーン・フォークを持参してください。
- ★おしぼりはぬらしてきてください。
- 手作り弁当日** 果物は園から出ますので要りません
- ★おかず入りのお弁当と3・4・5歳児は水筒(水か麦茶)を持って来ててください。
- ★スプーン・フォーク・箸など、お子さんが使える食具を持参してください。
- ★おしぼりはぬらしてきてください。

栄養量の表記について

毎日のカロリー・蛋白質・脂質の摂取量を記載しています

3歳未満児:上段 午前おやつ+昼食(主食含)+午後おやつ
目標量 440Kcal/14~22g/10~15g

3歳以上児:下段 昼食(副食のみ)+午後おやつ
目標量 370Kcal/15~25g/12~18g

献立名は、4・5歳児さんにも読めるようにと、ひらがな(カタカナ)表記にしています。

4 入園式 新入児のみ

5 新入児歓迎会

6 進級式

7 食育体操(すみれ)

8 健康診断

9 リトミック(さく)

11 手作り弁当日

15 手作り弁当日

25 昭和の日

29 昭和の日

身体測定

2 休園

(入園式準備のため)

食育絵本(さくら)

リトミック(ちゅうりっぴ)

布団・中ズック・着替え持ち帰り

布団・中ズック・着替え持ち帰り