

令和8年度

「今月の平均栄養価」



☆エネルギー…587kcal
☆タンパク質…23.1g
☆脂質…21.3g
☆塩分…2.5g

青組・黄組・赤組

泉ヶ丘こども園

	月曜日 2日	火曜日 3日	水曜日 4日	木曜日 5日	金曜日 6日	土曜日 7日
行事	衛生の日 地球っこタイム			身体測定	体育の時間	
昼食	チキンソテー 金平ごぼう 野菜の梅こぼ和え 玉葱とわかめの味噌汁	文化の日	タンドリーチキン シューマイ 五色和え 卵とコーンのスープ	揚げ餃子 かぼちゃ煮 漬物 なめこ汁	ハンバーグ 野菜のチーズ煮 ほうれん草とベーコンの ソテー 卵スープ	たぬきうどん みかんゼリー 麦茶
午後	牛乳 センべい ビスケット		牛乳 コッペパン (あん・マーガリン)	牛乳 ホットケーキ	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳 センべい ビスケット

	9日	10日	11日	12日	13日	14日
行事	衛生の日 地球っこタイム			食育の時間	七五三・誕生会	役員会
昼食	鯖の味噌煮 里芋煮 和風サラダ 豆腐と葱の味噌汁	スパゲッティミートソース チキンナゲット フレンチサラダ コンソメスープ	鶏肉の唐揚げ 里芋のそぼろ煮 野菜のお浸し 豆腐と葱とあさりの味噌汁	豚肉の味噌漬け焼き ジャーマンポテト 中華サラダ わかめスープ	五目ご飯 鮭と蟹味噌のフライ せんきやべつ 豆腐と葱のお吸い物 みかん	ハヤシライス りんごゼリー 麦茶
午後	牛乳 センべい ぶどうゼリー	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 センべい サブレ	牛乳 フレンチトースト	牛乳 ケーキ	牛乳 センべい バウムクーヘン

	16日	17日	18日	19日	20日	21日
行事	衛生の日 地球っこタイム	花束贈呈	花束贈呈	退避訓練	体育の時間	
昼食	カジキマグロの煮魚 じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 小松菜ときこの味噌汁	チキン南蛮 ツナ蓮根 酢の物 白菜の味噌汁	タコライス 春巻き 野菜のドレッシング和え 春雨スープ	ひじきの五目煮 茶碗蒸し 三色お浸し 大根の味噌汁	白身魚の竜田揚げ 切干大根と薩摩揚げの煮物 春雨の中華和え 豚汁	豚丼 豆腐とわかめの味噌汁 フルーツゼリー 麦茶
午後	牛乳 センべい パイ	牛乳 焼きいも	牛乳 ウィンナーパン	牛乳 肉まん・あんまん	牛乳 トライアングルパン	牛乳 センべい サブレ

	23日	24日	25日	26日	27日	28日
行事	家族の日		青・黄組お遊戯会予行練習		体育の時間	
昼食	勤労感謝の日	さつまいもご飯 ごま塩 カジキマグロの生姜焼き 野菜の塩こぼ和え けんちん汁 うさぎりんご	ハヤシライス ぶどうゼリー 麦茶	鮭のマヨネーズ焼き さつまいもの甘煮 ナムル風サラダ きのこスープ	鶏肉の照り焼き ミニコロッケ ほうれん草の胡麻和え かきたま汁	きつねうどん 青りんごゼリー 麦茶
午後		牛乳 胡麻チーズトースト	牛乳 煮込みうどん	牛乳 センべい ヨーグルト	牛乳 センべい プリン	牛乳 センべい パイ

	30日					
行事	衛生の日					
昼食	バターロール クリームシチュー ウィンナー ツナサラダ					
午後	牛乳 きな粉マカロニ					