



外もすっかり暖かくなってきましたね。
幼稚園にも慣れてきたでしょうか。
これから夏になります、それまで朝と夜の外の
気温の差が大きくなります。思っている以上に体力を
使うので、疲れて風邪をひきやすくなってし
まいます。
風邪をひかないためにもたくさんの食べ物を食
べて、健康な体を作ってお友達とたくさん遊び
ましょね。



月曜日 2日	火曜日 3日	水曜日 4日★カレーの日★	木曜日 5日	金曜日 6日
白飯120g ◎メンチカツ ◎厚焼き玉子 ◎スパゲティ付け合わせ ◎たまねぎとベーコンの塩タレ炒め ◎リンゴ缶	白飯120g ◎鶏肉ケチャップ焼 ◎コーンコロック ◎ブロッコリー ◎キャベツと春雨の塩炒め ◎マンゴー缶	◎カレーライス ◎みかん缶 ☆フレア給食のカレーです。 白ご飯はいりません。 スプーンをお忘れなく	春の遠足 ★お弁当の日です！！	パンの日
小麦・乳・牛・ごま・大豆・鶏 豚・りんご・ゼラチン・卵	鶏・小麦・大豆・ごま・豚			
9日	10日★うどんの日★	11日	12日	13日
開園記念日 お休み	◎ゆでうどん ◎うどん汁 具 ◎ほうれん草 ◎天かす ◎はなまぼこ ◎若鶏から揚げ ◎白桃缶	白飯120g ◎春巻き ◎肉だんご ◎スパゲティ付け合わせ ◎南瓜のそぼろ煮 ◎パイン缶	白飯120g ◎チキンカツ ◎赤ウインナー ◎ブロッコリー ◎ごぼうの洋風炒め ◎オレンジ	パンの日
	小麦・乳・大豆・卵・鶏・もも	小麦・ごま・大豆・鶏・豚・乳	小麦・乳・大豆・鶏・牛・豚 ゼラチン・卵・オレンジ	
16日	17日	18日	19日	20日
白飯120g ◎照り焼きハンバーグ ◎肉しゅうまい 新 ◎小松菜ソテー ◎南瓜煮 ◎リンゴ缶	カレーの日 ☆白ご飯持参	白飯120g ◎とんかつ ◎ケチャップ ◎動物高野煮 ◎コーンソテー ◎枝豆とトマトの玉子炒め ◎白桃缶	白飯120g ◎ミートボール ◎えだまめ ◎厚焼き玉子 ◎切り干し大根の煮物 ◎マンゴー缶	パンの日
小麦・乳・鶏・豚・大豆・卵 ゼラチン・りんご		小麦・乳・大豆・豚・卵・鶏 もも	小麦・大豆・鶏・豚・卵	
23日	24日	25日	26日	27日
白飯120g ◎オムレツ ◎ケチャップ ◎肉だんご ◎にんじんグラッセ ◎玉ねぎとピーマンのデミグラス煮 ◎みかん缶	白飯120g ◎メンチカツ ◎ケチャップ ◎動物高野煮 ◎コーンソテー ◎ミートソースうどん ◎リンゴ缶	白飯120g ◎白身魚フライ ◎タルタルソース ◎赤ウインナー ◎ブロッコリーS ◎中華風春雨炒め ◎パイン缶	白飯120g ◎チーズハンバーグ ◎ほうれん草のナムル ◎揚げギョウザ ◎キャベツ桜海老パスタ ◎オレンジ	パンの日
卵・大豆・小麦・乳・鶏・豚 オレンジ	小麦・乳・牛・ごま・大豆・鶏 豚・りんご・ゼラチン	小麦・大豆・牛・鶏・豚 ゼラチン・ごま	小麦・乳・鶏・豚・ごま・大豆 牛・えび・オレンジ	
30日				
運動会振替休日 2号認定 保育日				



QRコードを読んでいただくと
本日のお弁当が見れます！
(食缶給食の場合は見れません)



※お米は道産ななつばしブレンド米を
使用しています。

☆フレア給食栄養量☆	
●3～5歳児：エネルギー	390kcal
蛋白質	6g～7.5g
脂 質	8.4g～12.7g
食塩相当量	1.0g～1.1g未満

