



社会福祉法人 伸和福祉会 希望が丘保育園

	曜	主 食 名	献 立 名	Kcal	おやつ（未満児）
1	月	中華丼	りんごサラダ みそ汁	457	チーズ
2	火	チャウダースープパスタ	大根サラダ 果物	477	トースト
3	水	ごはん	ポークビーンズ もずくスープ チーズ	426	果物
4	木	卵サンド	パンバンジー ミートボールのピーフシチュー 果物	476	菓子
5	金	お誕生会スペシャルメニュー			果物
6	土	申し込み保育			菓子
8	月	ごはん（ふりかけ）	白身魚の野菜あんかけ みそ汁 果物	441	チーズ
9	火	たらこバター焼きそば	チーズサラダ 青菜とコーンのスープ	396	果物
10	水	こぎつね寿司	揚げぎょうざ 田舎汁 果物	480	菓子
11	木	ナン	ドライカレー パインサラダ 卵スープ チーズ	427	菓子
12	金	ごはん	厚揚げと野菜の五目煮 もやしスープ ヨーグルト	433	果物
13	土	申し込み保育			菓子
15	月	パリパリ春巻丼	グリーンサラダ かに豆腐スープ	427	チーズ
16	火	ホットドッグ	ヨーグルトサラダ キャベツスープ チーズ	475	菓子
17	水	ごはん	鯖のごまだれ焼き 温野菜 みそ汁 果物	418	ヨーグルト
18	木	カレーライス	野菜のナムル チンゲン菜のかきたま汁	465	果物
19	金	麻婆ラーメン	切り干し大根サラダ 果物	473	トースト
20	土	申し込み保育			菓子
22	月	ごはん（ごま塩）	肉じゃが かぼちゃ入りほうとう汁 果物	467	チーズ
23	火	食パン（いちごジャム&マーガリン）	マカロニグラタン 野菜スープ ゼリー	448	果物
24	水	チキンライス	もみの木サラダ コーンポタージュ	511	菓子
25	木	肉うどん	かにマヨサラダ 果物	417	菓子
26	金	ごはん（ごま）	ちくわのチーズ磯辺揚げ おかか和え みそ汁 果物	448	果物
27	土	申し込み保育			菓子
19	回	←給食日数と1ヶ月のカロリーの平均値です→			449

## 12月の目標…好き嫌いのない食事～何でも食べて丈夫な体を作ろう～

