



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	水	ごはん	鯖の香味ソース焼き 千草和え みそ汁 果物	506	菓子	
2	木	スパゲッティグラタン	グリーンサラダ わかめスープ	407	果物	
3	金	文化の日				
4	土	申し込み保育				菓子
6	月	カレーピラフ	フルーツサラダ キャベツスープ	430	チーズ	
7	火	食パン(いちごジャム)	ジャーマンポテト にら玉スープ チーズ	410	果物	
8	水	ごはん(ごま)	煮込みハンバーグ ブロッコリー 豆乳みそ汁 果物	526	菓子	
9	木	焼きそばイタリアン	パインサラダ かに豆腐スープ	456	トースト	
10	金	お誕生会スペシャルメニュー				チーズ
11	土	申し込み保育				菓子
13	月	秋の味覚ごはん	豆腐ナゲット みそ汁 果物	489	菓子	
14	火	ツナサンド	春雨サラダ コーンチャウダー チーズ	498	果物	
15	水	ごはん	鮭のカレーマヨネーズ焼き ポイルキャベツ もやしスープ	360	果物	
16	木	すき焼きうどん	かにマヨサラダ 果物	457	トースト	
17	金	ごはん(手作りふりかけ)	けんちん煮 野菜ののり酢和え みそ汁 果物	402	チーズ	
18	土	申し込み保育				菓子
20	月	麻婆丼	野菜の昆布和え えびボールスープ ヨーグルト	487	果物	
21	火	こども報恩講 ごはん 鶏唐梅風味 小豆と蓮根のいとこ煮 田舎汁		423	菓子	
22	水	食パン(いちごジャム&マーガリン)	大根サラダ ミートボールシチュー 果物	450	ふかしいも	
23	木	勤労感謝の日				
24	金	ごはん	カレイの煮つけ ほうれん草のおひたし みそ汁 果物	369	チーズ	
25	土	申し込み保育				菓子
27	月	カレーライス	ブロッコリーとなめこのかにかまあかけ 豆腐と三つ葉のすまし汁	500	果物	
28	火	あんホイップサンド	チーズサラダ 鶏肉野菜スープ 果物	378	菓子	
29	水	ゆかりごはん	豆腐の落とし揚げ おでん汁 果物	455	フルーチェ	
30	木	広東麺	かに風味サラダ ゼリー	456	果物	
20	回	←給食日数と1か月のカロリーの平均値です→			445	

## 11月の目標... 手洗い・うがい~手洗い・うがいで風邪予防!~

