



11月の献立表



社会福祉法人 伸和福社会 希望が丘保育園

	曜	主食名	献立名	Kcal	おやつ(未満児)	
1	月	食パン(ブルーベリー&マーガリン)	秋のグラタン ブロccoliリー かにたまスープ	440	果物	
2	火	さつまいもごはん	麩の揚げ煮 柿と大根のハニーマリネ 豆乳みそ汁	474	チーズ	
4	木	コーンクリームスパゲッティ	海藻サラダ 野菜スープ	459	トースト	
5	金	ごはん(ごま)	鮭の味噌マヨネーズ焼き ポイルキャベツ もやしスープ 果物	456	菓子	
6	土	申し込み保育				菓子
8	月	ミートドリア	グリーンサラダ わかめスープ	479	果物	
9	火	卵サンド	ヨーグルトサラダ ポトフ	364	菓子	
10	水	ごはん(ふりかけ)	白身魚の野菜あんかけ みそ汁 果物	428	チーズ	
11	木	カレー味噌ラーメン	チーズサラダ 果物	408	果物	
12	金	お誕生会スペシャルメニュー				菓子
13	土	申し込み保育				菓子
15	月	ごはん	鯖のごまだれ焼き ほうれん草のおひたし みそ汁 果物	416	チーズ	
16	火	肉うどん	かぼちゃとさつまいものサラダ ヨーグルト	526	果物	
17	水	ごはん	てまりシューマイ 大豆とじゃこの揚げ煮 みそ汁	491	菓子	
18	木	きなこトースト	バンバンジー キャベツスープ チーズ	339	果物	
19	金	さつまいもカレー	チンゲン菜のかきたま汁 果物	497	菓子	
20	土	申し込み保育				菓子
22	月	焼きそばイタリアン	パインサラダ ニラと白菜のスープ	428	ヨーグルト和え	
24	水	鶏飯	大学いも 果物	508	菓子	
25	木	食パン(いちご&マーガリン)	大根サラダ 秋のシチュー ゼリー	477	果物	
26	金	わかめごはん	豚じゃがさつま煮 むらくも汁 果物	434	チーズ	
27	土	申し込み保育				菓子
29	月	ツナサンド	かに風味サラダ 太平燕 チーズ	407	果物	
30	火	ごはん	厚揚げと野菜の五目煮 みそ汁 果物	429	菓子	
20	回	←給食日数と1か月のカロリーの平均値です→		445		

※さつまいもの残量によって献立が変わることがあります。

11月の目標・・・手洗い・うがい～手洗い・うがいで風邪予防！～