



9 月 献 立 表

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	木	五目うどん	かにマヨサラダ ヨーグルト	479	トースト
2	金	パリパリ春巻き丼	ブロッコリーサラダ ニラと白菜のスープ	411	果物
3	土	申し込み保育			菓子
5	月	ハヤシライス	グリーンサラダ みそ汁	453	菓子
6	火	食パン (いちごジャム)	ミートエッグ 野菜スープ チーズ	390	果物
7	水	ごはん (ごま)	すき焼き風煮 みそ汁 果物	425	ヨーグルト和え
8	木	きのこのクリームスパゲッティ	パインサラダ 青菜とコーンのスープ	457	果物
9	金	お誕生会スペシャルメニュー			チーズ
10	土	申し込み保育			菓子
12	月	カツカレー	わかめときゅうりの酢の物 みそ汁	525	菓子
13	火	卵サンド	蒸し鶏と春雨のサラダ かぼちゃのポタージュ チーズ	436	果物
14	水	ごはん	鯖のごまだれ焼き しょうゆフレンチ みそ汁 果物	437	チーズ
15	木	ぎょうざラーメン	切り干し大根サラダ 果物	474	トースト
16	金	ごはん	ポークビーンズ 卵スープ 果物	435	菓子
17	土	申し込み保育			菓子
19	月	敬老の日			
20	火	ごはん	白身魚の野菜あんかけ 干草和え みそ汁	411	果物
21	水	食パン (ブルーベリー&マーガリン)	ココロサラダ ミートボールのシチュー ゼリー	490	菓子
22	木	3色おはぎ	海藻サラダ チンゲン菜のかきたま汁 果物	479	チーズ
23	金	秋分の日			
24	土	申し込み保育			菓子
26	月	ごはん (ふりかけ)	けんちん煮 粟米湯 果物	470	ゼリー
27	火	ホットドッグ	ヨーグルトサラダ ポトフ	458	菓子
28	水	ごはん (スタミナ納豆)	ちくわのお好み揚げ 温野菜 みそ汁	431	果物
29	木	あんかけ焼きそば	野菜のナムル みつばと豆腐のすまし汁	350	蒸しパン
30	金	ミートドリア	かに風味サラダ わかめスープ	481	果物
20	回	←給食回数と1カ月のカロリーの平均値です。→		447	

9月の目標... 朝ごはんの大切さ~朝ごはんは毎日食べましょう~