



1月の献立表

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)
5	月	カレーライス	大根サラダ かに豆腐スープ	474	果物
6	火	焼きそばイタリアン	パインサラダ わかめスープ	428	トースト
7	水	ごはん(ふりかけ)	大豆の磯煮 みそ汁 果物	411	菓子
8	木	ツナサンド	かに風味サラダ コーンチャウダー チーズ	454	果物
9	金	ごはん	鯖のごまだれ焼き きゅうり漬け お雑煮 果物	482	チーズ
10	土	申し込み保育			菓子
12	月	成人の日			
13	火	ビビンバ	野菜スープ ヨーグルト	429	果物
14	水	ピザトースト	フルーツサラダ ニラたまスープ	405	菓子
15	木	おにぎり	はんぺんのチーズサンドフライ 湯野菜 みそ汁	406	ヨーグルト
16	金	カレーみそラーメン	豆腐サラダ 果物	402	トースト
17	土	申し込み保育			菓子
19	月	ごはん	豚じゃがさつま煮 千草和え みそ汁 果物	455	チーズ
20	火	食パン(いちごジャム&マーガリン)	煮込みハンバーグ ブロッコリー キャベツスープ	437	果物
21	水	コーンライス	かにマヨサラダ ポトフ ゼリー	445	菓子
22	木	トマクリームスパゲッティー	グリーンサラダ 卵スープ	469	トースト
23	金	お誕生会スペシャルメニュー			菓子
24	土	申し込み保育			菓子
26	月	わかめごはん	豆腐ナゲット 湯野菜 のっペ汁	495	チーズ
27	火	ごはん	カレイの煮つけ きゅうりともやしのゆかり和え みそ汁 果物	338	菓子
28	水	けんちんうどん	ツナとコーンの揚げぎょうざ 果物	450	トースト
29	木	中華丼	韓国風サラダ みそ汁	393	果物
30	金	食パン(ブルーベリージャム)	トマト入りジャーマンポテト 青菜とコーンのスープ 果物	395	菓子
31	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→		432	

1月の目標…会食の工夫～マナーを守って楽しい食事～

