



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	食パン（いちごジャム）	なすのミートグラタン ごまみそ豆乳スープ 果物	434	菓子
2	金	ごはん	バーベキューチキン 温野菜 にら玉スープ 果物	393	チーズ
3	土	申し込み保育			菓子
5	月	ごはん	カレイの煮つけ 千草和え みそ汁 果物	362	菓子
6	火	味噌ラーメン	かに風味サラダ ヨーグルト	389	ラスク
7	水	カレーライス	パインサラダ 豆腐と三つ葉のすまし汁	494	果物
8	木	きなこトースト	チーズサラダ ミートボールのミネストローネ 果物	519	菓子
9	金	ごはん（ゆかり）	豆腐の落とし揚げ そうめん汁 果物	415	ヨーグルト和え
10	土	申し込み保育			菓子
12	月	五目チャーハン	野菜のナムル 中華スープ	334	果物
13	火	コーンクリームスパゲッティ	ブロッコリーサラダ もやしスープ	455	トースト
14	水	ごはん	鯖の香味ソース キャベツのおかか和え みそ汁 果物	463	菓子
15	木	ツナサンド	パンバンジー かぼちゃのポタージュ チーズ	454	果物
16	金	お誕生会スペシャルメニュー			チーズ
17	土	申し込み保育			菓子
19	月	ごはん（海苔の佃煮）	じゃがいもと野菜の炊き合わせ みそ汁 果物	349	菓子
20	火	ナン	ドライカレー フルーツサラダ 卵スープ チーズ	495	果物
21	水	こぎつね寿司	豚肉となすのサラダ みそ汁	415	チーズ
22	木	ツナサラダうどん	チーズポテト 果物	388	ラスク
23	金	ごはん（ごま）	白身魚の野菜あんかけ 豆乳みそ汁	408	果物
24	土	申し込み保育			菓子
26	月	麻婆生揚げ丼	チンゲン菜のかきたま汁 牛乳かん	462	果物
27	火	焼きそばイタリアン	グリーンサラダ かに豆腐スープ チーズ	457	トースト
28	水	ごはん（ごま塩）	カレー肉じゃが みそ汁 冷凍みかん	437	チーズ
29	木	食パン（ブルーベリージャム）	鮭のガーリックマヨネーズ焼き ブロッコリー 青菜とコーンのスープ	380	果物
30	金	ごはん	車麩の揚げ煮 ほうれん草のおひたし 豚汁	443	菓子
22	回	←給食回数と1ヶ月のカロリーの平均値です→		426	

6月の目標・・・よく噛むこと～かみかみ20回努力しましょう～