



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)
4	火	カレーライス	フルーツサラダ みそ汁	567	菓子
5	水	和風きのこスパゲッティ	グリーンサラダ シーフードチャウダー	473	トースト
6	木	食パン(りんごジャム)	メンチカツ ポイルキャベツ もずくスープ チーズ	461	果物
7	金	3色もち	野菜のナムル お雑煮 果物	409	菓子
8	土	申し込み保育			菓子
10	月	成人の日			
11	火	ごはん	鯖のみそ煮 せんべい汁 果物	456	チーズ
12	水	豆乳坦々うどん	大根サラダ ヨーグルト	419	トースト
13	木	サンドイッチ	豆腐のかくれんぼサラダ キャベツスープ 果物	346	ヨーグルト和え
14	金	お誕生会スペシャルメニュー			菓子
15	土	申し込み保育			菓子
17	月	中華丼	もやしときゅうりの和え物 みそ汁	386	チーズ
18	火	食パン(いちごジャム&マーガリン)	マカロニグラタン にら玉スープ 果物	438	菓子
19	水	ごはん	ポークビーンズ 豆腐と三つ葉のすまし汁 チーズ	421	果物
20	木	カレーうどん	ポテトサラダ ゼリー	514	トースト
21	金	ごはん(ごま)	カレイの煮つけ 豚汁 果物	440	菓子
22	土	申し込み保育			菓子
24	月	麻婆丼	浅漬け 石狩みそ汁 果物	470	チーズ
25	火	しょうゆラーメン	かにマヨサラダ 果物	472	トースト
26	水	ごはん(スタミナ納豆)	茶碗蒸し みそ汁 果物	378	菓子
27	木	卵サンド	蒸し鶏と春雨のサラダ かぼちゃのポターージュ チーズ	436	果物
28	金	ばら組お弁当給食 わめごこん 鶏の00あげ た0ご焼き フォッコー いな0汁 果物		473	菓子
29	土	申し込み保育			菓子
31	月	焼きそば	りんごサラダ 中華スープ	446	トースト
	回	←給食日数と1ヶ月のカロリーの平均値です→		445	

1月の目標・・・会食の工夫～マナーを守って楽しい食事～