



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	月	ごはん	鯖のごまだれ焼き 千草和え みそ汁	394	チーズ
2	火	うどん	ちくわとかぼちゃの天ぷら 野菜のナムル 果物	384	トースト
3	水	みそバターコーンチャーハン	かに風味サラダ にら玉スープ	314	菓子
4	木	ツナサンド	春雨サラダ かぼちゃのポタージュ チーズ	476	果物
5	金	ごはん	チリコンカン ワンタンスープ 果物	492	菓子
6	土	申し込み保育			菓子
8	月	ごはん（ゆかり）	塩肉じゃが みそ汁 果物	424	チーズ
9	火	食パン（ブルーベリージャム）	ミートグラタン 青菜とコーンのスープ 果物	460	菓子
10	水	ごはん（ごま）	鮭のタルタル焼き 温野菜 キャベツスープ チーズ	445	果物
11	木	焼きそばイタリアン	豆腐のかくれんぼサラダ チンゲン菜のかきたま汁	427	トースト
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	敬老の日			
16	火	ナポリタン	グリーンサラダ かに豆腐スープ	422	果物
17	水	ごはん（ごま塩）	ちくわのお好み揚げ ほうれん草のおひたし みそ汁 果物	380	菓子
18	木	卵サンド	肉ときゅうりの中華和え コーンチャウダー チーズ	495	果物
19	金	ぱんだ・たんぼぼ試食会	麻婆丼 フルーツサラダ 沢煮椀 いちごゼリー	584	チーズ
20	土	申し込み保育			菓子
22	月	カツカレー	パインサラダ 豆腐と三つ葉のすまし汁	518	菓子
23	火	秋分の日			
24	水	豆乳みそラーメン	かにマヨサラダ ヨーグルト	456	トースト
25	木	3色おはぎ	海藻サラダ もやしスープ	432	チーズ
26	金	食パン（いちごジャム&マーガリン）	タンドリーフィッシュ ブロッコリー 野菜スープ チーズ	341	ヨーグルト
27	土	申し込み保育			菓子
28	日	運動会			
29	月	特別申し込み保育（給食なし）			菓子
30	火	ごはん	チーズハンバーグ 温野菜 ちゃんぽん風スープ 果物	435	菓子
18	回	←給食回数と1カ月のカロリーの平均値です。→		438	

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～