



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)	
2	月	ごはん(ごま)	豆腐ハンバーグ 温野菜 キャベツスープ	403	果物	
3	火	あんホイップサンド	鶏肉と春雨のサラダ 中華スープ	346	菓子	
4	水	パリパリ春巻き丼	ヨーグルトサラダ 青菜とコーンのスープ	461	チーズ	
5	木	ごはん	鯖のごまマヨ焼き 千草和え みそ汁 果物	480	菓子	
6	金	さくら組試食会 焼きそばイタリアン かにマヨサラダ わかめスープ ピーチゼリー		500	果物	
7	土	申し込み保育				菓子
9	月	カレーライス	パインサラダ 豆腐とみつばのすまし汁	464	果物	
10	火	たらこスパゲッティ	チーズサラダ 野菜スープ	413	トースト	
11	水	ごはん	厚揚げと野菜の五目煮 みそ汁 果物	392	チーズ	
12	木	ナン(ミートソース)	グリーンサラダ 卵スープ チーズ	353	果物	
13	金	すみれ組試食会 ごはん(手作り鮭フレーク) ちくわのチーズ磯辺揚げ フロッキー みそ汁 プリン		485	菓子	
14	土	申し込み保育				菓子
16	月	ごはん	塩肉じゃが 野菜の昆布和え みそ汁 果物	400	チーズ	
17	火	みそラーメン	韓国風サラダ 果物	375	トースト	
18	水	ごはん(のり塩大豆)	鮭の香味焼き ごまみそ豆乳スープ 果物	449	菓子	
19	木	ピザトースト	海藻サラダ チャウダー	429	果物	
20	金	お誕生会スペシャルメニュー				菓子
21	土	申し込み保育				菓子
23	月	ごはん(ゆかり)	麩っかつ 野菜ののり酢和え 田舎汁	418	果物	
24	火	バンバンジーうどん	ツナじゃが 果物	407	蒸しパン	
25	水	こぎつね寿司	蒸しぎょうざ せんべい汁	450	菓子	
26	木	ごはん	ポークビーンズ かに豆腐スープ チーズ	447	果物	
27	金	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	464	菓子	
28	土	申し込み保育				菓子
30	月	麻婆丼	キャベツのおかか和え もやしスープ ヨーグルト	476	菓子	
21	回	←給食回数と1ヶ月のカロリーの平均値です→		431		

6月の目標・・・よく噛むこと～かみかみ20回努力しましょう～