



8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)
1	月	ごはん	ししゃものサクサクフライ 温野菜 もずくスープ	415	菓子
2	火	ツナサラダうどん	かぼちゃのそぼろあんかけ チーズ	401	トースト
3	水	わかめごはん	大豆の磯煮 みそ汁 果物	395	チーズ
4	木	ピザトースト	春雨サラダ キャベツスープ 冷凍みかん	438	果物
5	金	夏野菜カレー	パインサラダ みそ汁	459	菓子
6	土	申し込み保育			菓子
8	月	ごはん	鯖の香味ソース さっぱり和え みそ汁	443	フルーチェ
9	火	食パン(フルーリー&マーガリン)	かぼちゃのチーズ焼き トマト わかめスープ ヨーグルト	419	果物
10	水	もろこしごはん	夕顔のそぼろあんかけ みそ汁 果物	393	チーズ
11	木	山の日			
12	金	ごはん(ごま)	ゴーヤチャンプルー もやしスープ 果物	455	菓子
13	土	申し込み保育			
15	月	特別申し込み保育(給食なし)			菓子
16	火	特別申し込み保育(給食なし)			菓子
17	水	ごはん	カレイの煮つけ 千草和え みそ汁 果物	373	ヨーグルト和え
18	木	夏野菜のミートソース	グリーンサラダ 青菜とコーンのスープ	476	トースト
19	金	お誕生会スペシャルメニュー			チーズ
20	土	申し込み保育			菓子
22	月	ごはん	厚揚げと野菜の五目煮 みそ汁 ヨーグルト	450	果物
23	火	冷やし中華	ゆでとうもろこし 果物	420	蒸しパン
24	水	野沢菜チャーハン	糸瓜のバンバンジー ワンタンスープ	324	菓子
25	木	ツナサンド	豆腐のかくれんぼサラダ 鶏肉野菜スープ チーズ	357	果物
26	金	ごはん(手作りふりかけ)	麩かつ ほうれん草のおひたし 夏野菜の豚汁 果物	502	チーズ
27	土	申し込み保育			菓子
29	月	ごはん(ピーマン味噌)	鮭のチーズ焼き ブロッコリー ニラ玉スープ	425	ヨーグルト和え
30	火	ドライカレー(ナン)	フルーツサラダ かに豆腐スープ	459	果物
31	水	ごはん	夏野菜の揚げ煮 みそ汁 果物	467	菓子
18	回	←給食回数と1ヶ月のカロリーの平均値です→		425	

8月の目標・・・水分補給をしっかりとしましょう！