



1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)
4	土	申し込み保育			菓子
6	月	カレーライス	わかめときゅうりの酢の物 みそ汁	446	チーズ
7	火	焼きそば	かにマヨサラダ わかめスープ	418	トースト
8	水	ごはん	豆腐と納豆のふわふわ揚げ ほうれん草のおひたし みそ汁 果物	438	菓子
9	木	卵サンド	中華風コーンサラダ チャウダー ゼリー	456	果物
10	金	ごはん(ごま)	鯖の香味ソース お雑煮 果物	430	菓子
11	土	申し込み保育			菓子
13	月	成人の日			
14	火	ぎょうざラーメン	チーズサラダ 果物	445	蒸しパン
15	水	ごはん(ゆかり)	塩肉じゃが 干草和え みそ汁 果物	447	菓子
16	木	食パン(ブルーベリー&マーガリン)	鮭のチーズ焼き ブロッコリー キャベツスープ	397	果物
17	金	お誕生会スペシャルメニュー			チーズ
18	土	申し込み保育			菓子
20	月	ごはん(ふりかけ)	ししゃもフライ(オーロラソース) 温野菜 豆乳みそ汁	490	果物
21	火	けんちんうどん	海藻サラダ 果物	363	トースト
22	水	中華丼	大根サラダ みそ汁	409	チーズ
23	木	食パン(いちごジャム&マーガリン)	ジャーマンポテト 青菜とコーンのスープ チーズ	409	果物
24	金	コーンライス	ヨーグルトサラダ 野菜スープ	374	菓子
25	土	申し込み保育			菓子
27	月	ごはん(手作りなめたけ)	茶碗蒸し もやしスープ 果物	349	チーズ
28	火	スパゲッティグラタン	グリーンサラダ かに豆腐スープ	431	果物
29	水	麻婆丼	もやしときゅうりのゆかり和え おでん汁 ヨーグルト	548	菓子
30	木	フィッシュバーガー	パインサラダ いら玉スープ チーズ	468	ヨーグルト和え
31	金	ばら組お弁当給食 わ0めご0ん ぱ0キュー0キン フ0ッコ0ー いな0じる り0ご		394	菓子
19	回	←給食日数と1ヶ月のカロリーの平均値です→		428	

1月の目標・・・会食の工夫～マナーを守って楽しい食事～

