

# 食事予定献立表

2014年 5月

サンガこども園

日	曜	主食	副食	午前・おやつ・水分補給	材 料
1	木	煮込みうどん、厚揚げそぼろあんかけ		煎餅、野菜かりんとう、麦茶	鶏肉、人参、ちくわ、鶏挽肉、小松菜、長袖、厚揚げ
2	金	カレーライス、豆腐のサラダ		煎餅、小魚ソーゼージ、麦茶	豚肉、玉葱、ジャガイモ、人参、もめん豆腐、ミニトマト、コーン粒、レタス、パプリカ
3	土	おにぎり、豚汁		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、大根、人参、こんにゃく、ごぼう、梅干、昆布
5	月	ごはん、鯉のぼりハンバーグ、すまし汁		ミルク(牛)、ミニトマト、麦茶	合挽肉、玉ねぎ、パプリカ、インゲン、うずら卵、わかめ、ハハコ
6	火	サンドイッチ、ジュース		煎餅、クッキー、野菜ジュース	ハム、チーズ、卵、鶏肉、人参、ジャガイモ、玉葱、ブロッコリー
7	水	ハンバーグ、ミニサラダ		煎餅、チーズ、麦茶	豚肉、人参、玉葱、トマト、ジャガイモ、キュウリ、卵
8	木	あじのかばやき丼、けんちん汁		煎餅、鈴かすた、麦茶	あじ、焼のり、大根、ごぼう、豆腐、人参、長袖、こんにゃく
9	金	ごはん、いり鶏、なめこ汁		小魚昆布、煎餅、麦茶	鶏肉、レタス、人参、こんにゃく、大豆、昆布、なめこ、ほうれん草
10	土	やきそば、中華コンスープ		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、人参、キャベツ、ピーマン、もやし、コンクリーム缶、卵
12	月	ジャージャーうどん、わかめスープ		フルヨーグルト、クラッカー、麦茶	豚挽肉、キュウリ、もやし、人参、パプリカ、卵、わかめ、長袖
13	火	ごはん、さわらの竜田揚げ、五目ひじき煮、みそ汁		煎餅、クッキー、ココア	さわら、ひじき、人参、しいたけ、油揚げ、レタス、麩
14	水	グリーンピースごはん、豆腐ハンバーグ、ブロッコリーサラダ、すまし汁		煎餅、かりんとう、麦茶	もめん豆腐、鶏挽肉、ブロッコリー、ハハコ、グリーンピース、小松菜
15	木	ごはん、ハンカチ、スパゲッティサラダ、みそ汁		大学いも、麦茶	ハム、キュウリ、人参、パプリカ、えのき、油揚げ
16	金	ごはん、鮭のムニエル、コールスローサラダ、みそ汁		煎餅、ミニゼリー、麦茶	生鮭、キャベツ、キュウリ、レタス、パプリカ、里芋、小豆
17	土	三色丼、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	鶏挽肉、卵、桜でんぶ、ジャガイモ、わかめ
19	月	ハンバーグサンド、ミネストローネ		煎餅、かきあたりめ、麦茶	スライスチーズ、ハム、マヨネーズ、ベーコン、セロリ、人参、玉ねぎ、パプリカ
20	火	麻婆豆腐丼、ほうれん草ともやしのナムル、みそ汁		果物、飲むヨーグルト	豚挽肉、豆腐、長袖、油揚げ、かぶ、ハム、ほうれん草、もやし
21	水	ごはん、豚肉しょうが焼、かきたま汁		煎餅、おやつ昆布、麦茶	豚肉、しょうが、ほうれん草、玉ねぎ、卵、レタス、ミニトマト
22	木	ごはん、肉じゃが、みそ汁		煎餅色々、麦茶	豚肉、ジャガイモ、人参、玉ねぎ、しらたき、わかめ、豆腐
23	金	スパゲッティ(ミニソース)、コンスープ		煎餅、チーズ、麦茶	豚挽肉、玉ねぎ、パプリカ、セロリ、コンクリーム缶、パセリ
24	土	みそ煮込みうどん、浅漬		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、かたや、油揚げ、小松菜、長袖、キャベツ、塩昆布
26	月	ロールパン、ジュース、チーズ		クッキー、スムージー	鶏肉、ジャガイモ、玉ねぎ、人参、ブロッコリー
27	火	ごはん、鶏肉の唐揚げ、春雨サラダ、スープ		煎餅、ビスケット、麦茶	鶏肉、ハム、春雨、人参、キュウリ、えのき、わかめ
28	水	カレーうどん、小松菜の焼きのりあえ		煎餅、かりんとう、麦茶	豚肉、人参、長葱、小松菜、焼きのり
29	木	ごはん、魚フライカキ、根菜汁		煎餅、ミニゼリー、麦茶	白身魚、キャベツ、パセリ、トマト、里芋、ごぼう、人参
30	金	ピザ、わかめスープ		ココア蒸しパン、麦茶	牛肉、もやし、卵、ほうれん草、人参、長袖、わかめ
31	土	キャロットライス、マカロニサラダ、スープ		煎餅、クッキー、麦茶	鶏肉、玉ねぎ、ブロッコリー、人参、キャベツ、ベーコン

※ 0歳、1歳の午前中のおやつはその日の状況で変わります。詳しくは連絡ノートに書きます。

※ 2歳以上は午前中にお茶等の水分補給があります。

※ 献立は材料の都合で変更することがあります。

5日はこどもの日のお祝いの献立です。

※ 昼食にはお茶がつきます。

※ 昼食のごはんは雑穀を混ぜた雑穀ごはんです。

※ 離乳食は発育に応じて違います。献立はその都度ホームページ等でお知らせします。

※ アレルギーのある場合は材料の変更か、除かれます。

(医師の指示による。)

