



食事予定献立表

2014年 10月

サンガこども園

日	曜	主食	副食	おやつ・水分補給	材 料
1	水	カレーうどん、ビーンズサラダ		煎餅、ウエハース、ココア	豚肉、人参、長ねぎ、お豆色々、レタス、水菜、コーン粒
2	木	ごはん、魚フライ(タルタルソース)、みそ汁		野菜チップス、黒棒、麦茶	鮭、玉ねぎ、パセリ、キャベツ、豆腐、なめこ
3	金	きのこごはん、鶏肉照焼、小松菜のりあえ、みそ汁		えびせん、クッキー、麦茶	しめじ、舞茸、小松菜、人参、こんにゃく、鶏肉、油揚げ、焼きのり
4	土	チキンライス、スープ		煎餅、クッキー、麦茶	鶏肉、人参、グリーンピース、ベーコン、レタス、卵
6	月	ロールパン、ミネストローネ、キャベツチーズ		煎餅、かりんとう、麦茶	ベーコン、人参、玉ねぎ、セリ、パプリカ、チーズ、マカロニ
7	火	みそ煮込みうどん、大根サラダ		飲むヨーグルト、くだもの	豚肉、人参、かぼちゃ、厚揚げ、大根、キュウリ、長ねぎ、ハム
8	水	ごはん、ハムカツ、コールスローサラダ、みそ汁		煎餅、ビスケット、麦茶	ハム、キャベツ、キュウリ、トマト、ジャガイモ、わかめ
9	木	ごはん、煮魚、ひじき炒め煮、みそ汁		煎餅、いわしっこ、麦茶	赤魚、ひじき、人参、大豆、油揚げ、大根
10	金	きのこカレー、レコンのサラダ		 お誕生会特別メニュー	鶏肉、しめじ、マッシュルーム、人参、玉ねぎ、レコン、水菜、ハム
11	土	おにぎり、豚汁		煎餅、ビスケット、麦茶	昆布、梅干、豚肉、大根、人参、しらたき、長ねぎ、ごぼう
13	月	ハムチーズサンド、シチュー		煎餅、クッキー、ココア	鶏肉、ジャガイモ、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、ハム、スライスチーズ、さつまいも
14	火	お弁当の日		フルーツヨーグルト	ヨーグルト、リンゴ、バナナ
15	水	スパゲッティ(ミートソース)、コンスープ		ふかし芋、麦茶	豚挽肉、玉ねぎ、パプリカ、人参、コンクリーム缶、パセリ
16	木	ごはん、豆腐ハンバーグきのこあんかけ、みそ汁		煎餅、鈴かすた、麦茶	もめん豆腐、鶏挽肉、椎茸、しめじ、舞茸、人参、里芋、油揚げ
17	金	ごはん、鮭ムニエル、ポテトサラダ、みそ汁		煎餅、ラムネ菓子、麦茶	鮭、ジャガイモ、人参、キュウリ、えのき、わかめ、ハム
18	土	塩焼そば、わかめスープ		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、人参、ピーマン、キャベツ、もやし、わかめ、長ねぎ
20	月	ロールパン、マカロニグラタン、スープ		煎餅色々、麦茶	ベーコン、玉ねぎ、ブロッコリー、人参、キャベツ、椎茸
21	火	ごはん、豚肉とレコンのつまみあげ、人参のごまびたし、みそ汁		飲むヨーグルト、果物	豚肉、レコン、人参、もやし、えのき
22	水	菜めし、かき揚げのみそマヨネーズ焼、マカロニサラダ、みそ汁		煎餅、おやつ昆布、麦茶	かき揚げ、人参、キュウリ、ふ、わかめ、ハム、トマト、マカロニ、大根菜、ごま
23	木	麻婆豆腐丼、はるさめスープ		 お誕生会特別メニュー	豚挽肉、豆腐、ネー、白菜、人参、はるさめ
24	金	ごはん、スープカレー		 お誕生会特別メニュー	豚肉、人参、ジャガイモ、玉ねぎ、レコン、セリ、インゲン
25	土	きのこうどん、厚焼たまご		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、しめじ、舞茸、小松菜、かまぼこ、卵、人参
27	月	ごはん、おでん		煎餅、クッキー、ココア	卵、昆布、ハバネロ、ちくわ、ちくわぶ、さつまあげ、ウインナー、こんにゃく
28	火	ごはん、鶏ささみのフィッガーフライ、グリーンサラダ、スープ		煎餅、黒棒、麦茶	鶏ささみ、サラダ菜、キャベツ、水菜、コーン粒、もやし、人参
29	水	てんぷらうどん		チーズクラッカー、果物、麦茶	かぼちゃ、レコン、ちくわ、小女子、小松菜、人参
30	木	ごはん、野菜の肉巻きステーキ、きのこ汁		煎餅、かりんとう、麦茶	豚肉、人参、インゲン、油あげ、ごぼう、しめじ、舞茸、長ねぎ
31	金	ごはん、豆腐チゲ、ひじきのナムル		かぼちゃパン、カルピス	豚肉、人参、ネー、白菜、豆腐、ひじき、パプリカ、もやし

※ 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。

※10日、23日、24日午後のおやつはお誕生会特別メニューです。

※ 昼食にはお茶がつきます。

※ 昼食のごはんは白米に雑穀(発芽もち玄米、発芽はだか麦、胚芽押し麦等16種類をブレンド)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。献立はその都度連絡ノートでお知らせします。

※ 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。)



【添付文書】