

# 食事予定献立表

2015年 2月

サンガこども園

日	曜	主食	副食	おやつ・水分補給	材 料
2	月	ハムチーズサント、シチュー		ふかし芋、リンゴ、麦茶	ハム、チーズ、鶏肉、レタス、ジャガ 仔、玉葱、人参、ブロッコリー
3	火	のり巻、のっぺい汁		豆菓子、ウエハース、麦茶	人参、ほうれん草、卵、桜でんぶ、里芋、こんにやく、大根、小松
4	水	カレーうどん、ほうれん草の卵いため		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、人参、長葱、卵、ほうれん草
5	木	麻婆豆腐丼、春雨スープ		煎餅、ラムネ、麦茶	豚挽肉、長葱、豆腐、春雨、白菜、人参、舞茸
6	金	ごはん、かじきの竜田揚げ、レコンサダ、みそ汁		煎餅、麩菓子、麦茶	かじき鮪、なめこ、長葱、レコン、人参、ハム、キュウリ
7	土	炊込みごはん、焼ししゃも、卵焼き、ほうれん草おしたし、すまし汁		煎餅、チーズ、麦茶	しめじ、舞茸、人参、油揚げ、卵、ししゃも、ほうれん草、鯉節
9	月	みそ煮込みうどん、大根サラダ		飲むヨーグルト、クラッカー、果物	豚肉、か ちゃ、厚揚げ、小松菜、大根、水菜、ツナ
10	火	ごはん、魚フライ(タルタルソース)、すいとん汁		煎餅、かりんとう、麦茶	鮭、キャベツ、豚肉、ごぼう、人参、大根、舞茸
11	水	ごはん、豆腐ステーキ野菜あんかけ、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	もめん豆腐、インゲン、舞茸、しめじ、か ちゃ、玉葱、人参
12	木	ごはん、炒り鶏、キャベツとキュウリの浅漬け、みそ汁		煎餅、ビスケット、麦茶	鶏肉、人参、こんにやく、レコン、大豆、キャベツ、キュウリ、麩、わかめ
13	金	カレーライス、コールスローサラダ		コア蒸しパン、豆乳	豚肉、玉葱、キャベツ、水菜、ジャガ 仔、人参、パプリカ、ハム
14	土	三色丼、豚汁		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、大根、しらたき、人参、長葱、ごぼう、鶏挽肉、卵、桜でんぶ
16	月	ロールパン、シチュー、グリーンサラダ		煎餅、いわしっこ、麦茶	鶏肉、ブロッコリー、人参、玉葱、コーン、ジャガ 仔、レタス、スタックエンドウ、水菜
17	火	ごはん、ししゃものフライ、レコンサダ、みそ汁		フルーツヨーグルト、クラッカー、麦茶	ししゃも、白菜、わかめ、レコン、人参、ブロッコリー、ハム
18	水	ごはん、野菜の肉巻き、けんちん汁		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、インゲン、人参、ごぼう、大根、豆腐、油揚げ、こんにやく
19	木	キャロットライス、ミネストローネ、チーズ		煎餅、鈴かステラ、麦茶	ベーコン、玉葱、人参、セリ、キャンディーズ、マロン
20	金	スパゲッティミートソース、コンスープ		煎餅、ラムネ、麦茶	鶏挽肉、しめじ、玉葱、パセリ、ニンニク、コンクリーム缶、粉チーズ
21	土	ごはん、マカロニグラタン、野菜スープ		ラスク、果物、ココア	鶏肉、玉葱、マロン、ブロッコリー、人参、キャベツ、舞茸、チーズ
23	月	サントイッチ、シチュー		煎餅色々、麦茶	鶏肉、ジャガ 仔、人参、玉葱、ブロッコリー、キュウリ、ハム、チーズ、卵
24	火	ごはん、煮魚、か ちゃ甘煮、みそ汁		煎餅、おやつ昆布、麦茶	赤魚、か ちゃ、ジャガ 仔、わかめ
25	水	ごはん、ひとくちカツ、コールスローサラダ、みそ汁		野菜ジュース、クッキー、チーズ	豚肉、キャベツ、パプリカ、トマト、ハム、えのき、油揚げ
26	木	ジャージャーうどん、わかめスープ		えびせん、かりんとう、麦茶	豚挽肉、長葱、人参、もやし、キュウリ、椎茸、わかめ
27	金	ごはん、豆腐カレー、カラフルム		 お誕生会特別メニュー	豚肉、ニラ、豆腐、白菜、人参、ひじき、パプリカ、もやし
28	土	豚丼、ポテトサラダ、みそ汁		煎餅、キャンディ、麦茶	豚肉、人参、玉葱、しらたき、ハム、ジャガ 仔、キュウリ、パプリカ、えのき、油揚げ

※ 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。

※27日午後のおやつはお誕生会特別メニューです。

※ 昼食にはお茶がつかます。

※ 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。)

