


食事予定献立表

2015年 3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	ハヤシライス、レンコンサラダ		飲むヨーグルト、果物、クッキー	豚肉、玉葱、人参、レンコン、キュウリ、ハム
3	火	ちらし寿司、豆腐の揚げ、ポテトサラダ、すまし汁 		 お誕生会特別メニュー	鶏挽肉、ハム、キャベツ、麩、卵、桜でんぶ、ジャガイモ、人参、キュウリ
4	水	カレーライス、ほうれん草と卵ソテー		煎餅、ウェハース、麦茶	豚肉、長葱、人参、ほうれん草、卵
5	木	豆ごはん、肉じゃが、みそ汁(具だくさん)		煎餅、ラムネ、麦茶	グリーンピース、ジャガイモ、人参、玉葱、豚肉、しらたき、かぶ、油揚げ、小松菜
6	金	麻婆豆腐丼、春雨サラダ、キャベツとネギの卵スープ		煎餅、かりんとう、麦茶	豚挽肉、豆腐、ネギ、キャベツ、長葱、卵、春雨、人参、キュウリ、ハム
7	土	炊き込みごはん、里芋そぼろあんかけ、みそ汁		煎餅、お魚ソーゼツ、麦茶	舞茸、しめじ、人参、里芋、小ネギ、鶏肉、鶏挽肉、わかめ、玉葱
9	月	ごはん、おでん		煎餅、ビスケット、麦茶	うずら卵、ハパン、ちくわ、昆布、ちくわぶ、ウインナー、さつま揚げ、こんにやく
10	火	小松菜クリームスパゲッティ、ツナサラダ		リンゴ、クッキー、ココア	ベーコン、小松菜、玉葱、しめじ、レタス、水菜、ツナ缶、人参
11	水	カレーライス、お豆のサラダ		野菜ジュース、クッキー	豚肉、人参、玉葱、ジャガイモ、お豆いろいろ、水菜、パプリカ
12	木	ジャージャーうどん、かきたま汁		煎餅、ビスケット、麦茶	鶏挽肉、もやし、人参、キュウリ、長葱、舞茸、ほうれん草、卵
13	金	ごはん、春のかき揚げ、すまし汁、浅漬		煎餅、ビスケット、麦茶	玉葱、菜の花、ウインナー、コーン粒、麩、みつば、キュウリ、キャベツ、塩昆布
14	土	焼きそば、中華コンスープ		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、キャベツ、ピーマン、人参、もやし、卵、コンクリーム缶
16	月	ごはん、豚肉しょうが焼き、みそ汁、グリーンサラダ		いわしっこ、かりんとう、麦茶	豚肉、ジャガイモ、油揚げ、豆腐、キャベツ、キュウリ、スナックエンドウ、パプリカ
17	火	ロールパン、シチュー、リンゴのサラダ		煎餅、鈴かステラ、ココア	鶏肉、ジャガイモ、人参、玉葱、ブロッコリー、レタス、リンゴ、チーズ
18	水	ひじきごはん煮三色丼、豚汁		煎餅、リンゴ、麦茶	ひじき、人参、卵、キャベツ、豚肉、大根、こんにやく、ごぼう
19	木	たいようさんリクエストメニュー ①		リクエストメニュー ①	卵、なると、もやし、生麺、わかめ、ほうれん草、焼豚
20	金	たいようさんリクエストメニュー ②		リクエストメニュー ②	豚肉、ハム、ジャガイモ、人参、玉葱、豆腐、長葱
21	土	ごはん、ポテトオムレツ、スープ		おはぎ、麦茶	ベーコン、ジャガイモ、玉葱、ピーマン、卵、わかめ
23	月	たいようさんリクエストメニュー ③		リクエストメニュー ③	食パン、チーズ、卵、コンクリーム缶、かきまぐろ
24	火	ごはん、煮魚、きんぴらごぼう、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	赤魚、ごぼう、人参、ごま、かつお、油揚げ
25	水	たいようさんリクエストメニュー ④		リクエストメニュー ④	さつまいも、レンコン、桜えび、コーン粒、水菜、小松菜、かまぼこ
26	木	たいようさんリクエストメニュー ⑤		リクエストメニュー ⑤	生麺、ハム、なると、焼のり
27	金	ごはん、野菜の肉巻きソテー、みそバタースープ		 たいようさんを送る会特別メニュー	豚肉、インゲン、人参、白菜、鶏つくね、かつお、大根、バター
28	土	ごはん、ししゃもフライ、レンコンサラダ、けんちん汁		煎餅、キャンデー、麦茶	ししゃも、レンコン、キュウリ、人参、豆腐、ごぼう、こんにやく
30	月	菜の花ごはん、鶏肉のから揚げ、コーンスローサラダ、みそ汁		 お誕生会特別メニュー	菜の花、卵、鶏肉、麩、キャベツ、水菜、パプリカ、ミトマト
31	火	ピピソバ、わかめスープ		煎餅、フルーツヨーグルト	牛肉、ほうれん草、人参、もやし、卵、わかめ、長葱

※ 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。

◎ 3日(火)の昼食は「ひなまつり会」特別メニュー

※ 献立は材料の都合で変更することがあります。

◎ 27日(金)のおやつは「たいようさんを送る会」特別メニュー

※ 昼食にはお茶がつかます。

◎ 3日(火)、30日(月)おやつはお誕生会特別メニューです。

※ 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。)

