

食事予定献立表

2015年 4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	煮込みうどん、里芋そぼろあんかけ		バナナ蒸しパン、カルピス	厚揚げ、小松菜、人参、ちくわ、里芋、鶏挽肉
2	木	豆ごはん、えびと春キャベツの一口あげ、人参ごまあえ、すまし汁		煎餅、麩菓子、麦茶	キャベツ、えび、グリーンピース、豆腐、キヌメ、人参
3	金	スパゲッティ(トマトソース)、コンスープ		煎餅、ビスケット、麦茶	玉葱、コンクリーム缶、トマト水煮、パセリ
4	土	親子丼、みそ汁		煎餅、チーズ、麦茶	鶏肉、長葱、卵、えのき、わかめ、小松菜
6	月	ハムチーズサンドイッチ、ミネストローネ		果物、飲むヨーグルト、クラッカー	ハム、チーズ、ベーコン、人参、玉葱、パセリ、パプリカ、マカロニ
7	火	スープカレー、ごはん		 お誕生会特別メニュー	豚肉、レコン、玉葱、ジャガイモ、人参、セリ、インゲン
8	水	わかめごはん、豆腐ハンバーグ、菜の花サラダすまし汁、		いわしっこ、かりんとう、麦茶	鶏挽肉、もめん豆腐、レコン、トマト、卵、菜の花、ハンバーグ、わかめ
9	木	ジャージャーうどん、かきたま汁		煎餅、ビスケット、麦茶	豚挽肉、長葱、椎茸、人参、キュリ、もやし、卵、ほうれん草
10	金	焼きそば、中華コンスープ		 お誕生会特別メニュー	豚肉、ピーマン、もやし、キャベツ、人参、卵、コンクリーム缶
11	土	おにぎり、豚汁		煎餅、クッキー、麦茶	ごま昆布、梅干、焼のり、豚肉、人参、しらたき、大根、ごぼう、サツマイ
13	月	カレーライス、コールスローサラダ		チーズ、クラッカー、野菜ジュース	豚肉、人参、玉葱、ジャガイモ、キャベツ、レズン、ハム、キュリ
14	火	ごはん、煮魚、ひじき炒煮、みそ汁		煎餅、ビスケット、麦茶	赤魚、ひじき、大豆、ちくわ、人参、こんにゃく、ジャガイモ、油揚げ
15	水	ごはん、マーボ豆腐、もやしのナムル、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	豚挽肉、ニラ、豆腐、もやし、ほうれん草、麩、わかめ
16	木	てんぷらうどん		煎餅、おやつ昆布、麦茶	大豆、長葱、サツマイ、人参、小松菜、かまぼこ
17	金	炊き込みごはん、卵焼き、ブロッコリーサラダ、ウインナーステーキ、みそ汁		ふかし芋、果物、麦茶	鶏肉、人参、ごぼう、舞茸、こんにゃく、卵、ウインナー、ブロッコリー、豆腐、わかめ、サツマイ
18	土	三色丼、けんちん汁		煎餅、ビスケット、麦茶	鶏挽肉、卵、桜でんぶ、キヌメ、人参、ごぼう、こんにゃく、油揚げ、長葱
20	月	サンドイッチ、シチュー		フルーツヨーグルト、クラッカー、麦茶	ハム、チーズ、卵、鶏肉、ジャガイモ、人参、玉葱、ブロッコリー、
21	火	ごはん、肉じゃが、みそ汁、浅漬		 お誕生会特別メニュー	豚肉、ジャガイモ、人参、玉葱、しらたき、キヌメ、キャベツ、油揚げ、キュリ、もやし
22	水	ごはん、ししゃもいそべ揚げ、ミササラダ、みそ汁		煎餅、麩菓子、麦茶	ししゃも、ハム、ジャガイモ、人参、キュリ、大根、チンゲン菜、卵
23	木	ハンバーグ、ピーンズサラダ		えびせん、鈴かすてら、麦茶	豚肉、玉葱、グリーンピース、豆色々、キュリ、パプリカ
24	金	ごはん、魚フライ(キャベツタルタルソース)、タノコと春雨のスープ		煎餅、ビスケット、麦茶	鮭、卵、キャベツ、春雨、タノコ、人参、シイタケ、長葱
25	土	焼うどん、かきたま汁		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、玉葱、人参、チンゲン菜、かまぼこ、卵、ほうれん草
27	月	ロールパン、ポテトコロッケ、コンスープ		飲むヨーグルト、クラッカー	豚挽肉、ジャガイモ、玉葱、キャベツ、コンクリーム、パセリ
28	火	ごはん、鶏肉の竜田揚げ、カブナムル、みそ汁		フルーツゼリ、クッキー、麦茶	鶏肉、カブ菜、豆腐、なめこ、ひじき、人参、パプリカ、もやし、水菜
29	水	キャロットライス、ミートグラタン、スープ		煎餅、かりんとう、麦茶	豚挽肉、パネ、卵、トマト水煮、人参、チンゲン菜、もやし
30	木	ピピッパ、わかめスープ		ラスク、野菜ジュース、チーズ	牛肉、もやし、人参、タノコ、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。

※ 献立は材料の都合で変更することがあります。

※ 7日、10日、21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。)

