

食事予定献立表

2015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	金	たけのごはん、煮魚、ほうれん草と卵の炒め物、みそ汁		アメリカドック、バナナチップス、麦茶	ゆでタケノコ、鶏肉、赤魚、卵、ほうれん草、わかめ、豆腐
2	土	カレーうどん、豆腐のサラダ		煎餅いろいろ、麦茶	豚肉、玉葱、人参、もめん豆腐、レタス、ミニトマト、コーン
4	月	サトウイッチ、シチュー		煎餅、クッキー、麦茶	鶏肉、ジャガイロ、人参、玉葱、ブロッコリー、スライスチーズ、卵
5	火	のりまき、かきたま汁		フルーツポンチ、ココロポテト	ツ缶、卵、キュウリ、桜でんぶ、インゲン、ミニトマト
6	水	焼きそば、中華コンスープ、		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、ピーマン、人参、キャベツ、もやし、コンクリーム缶、卵
7	木	麻婆豆腐丼、カラフルム、中華スープ		黒棒、煎餅、麦茶	豚挽肉、豆腐、長葱、パプリカ、人参、もやし、水菜
8	金	ごはん、さわらの竜田揚げ、五目ひじき煮、みそ汁		ミートパイ、豆乳	さわら、ひじき、大豆、人参、こんにゃく、油揚げ、小松菜
9	土	おにぎり、豚汁		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、しらたき、ごぼう、人参、豆腐、ごま昆布、梅干、焼のり
11	月	カレーライス、大根とツナのサラダ		飲むヨーグルト、バナナ、ウエハース	豚肉、人参、玉葱、ジャガイロ、大根、ツ缶、コーン
12	火	ごはん、豆腐揚げ、小松菜の煮びたし、みそ汁		煎餅、ラムネ、麦茶	もめん豆腐、卵、鶏挽肉、小松菜、油揚げ、ジャガイロ、わかめ
13	水	スパゲッティポリタ、コンスープ		えびせん、かりんとう、麦茶	ハム、ピーマン、パプリカ、玉葱、人参、パセリ、コンクリーム缶
14	木	ごはん、チキンヤロス、春雨スープ		煎餅、いわしっこ、麦茶	牛肉、人参、たけのこ、ピーマン、春雨、卵、ニラ
15	金	ごはん、カジキのムニエル、ポテトサラダ、みそ汁		煎餅、ミゼリー、麦茶	メカジキ、ハム、豆腐、ジャガイロ、キュウリ、なめこ
16	土	キャロットライス、マカロニグラタン、スープ		煎餅、クッキー、麦茶	鶏肉、玉葱、人参、キャベツ、ブロッコリー、ベーコン
18	月	ハムチーズサンド、ミネストローネ		クッキー、バナナ、ココア	ハム、ベーコン、チーズ、マカロニ、人参、玉葱、セリ、パプリカ
19	火	ごはん、肉ジャガイロ、みそ汁		煎餅色々、麦茶、	豚肉、人参、玉葱、ジャガイロ、しらたき、もやし、わかめ、キャベツ
20	水	アジのかば焼き丼、けんちん汁		煎餅、鈴かステラ、麦茶	アジ、焼のり、大根、ごぼう、豆腐、長葱、こんにゃく
21	木	ごはん、豚肉しょうが焼き、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、しょうが、ごま、大根、油揚げ
22	金	ハンバーグ、人参のしりしり(洋風)		豆乳ゼリー、クラッカー、麦茶	豚肉、玉葱、グリーンピース、人参、ベーコン
23	土	三色丼、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	鶏挽肉、卵、桜でんぶ、ジャガイロ、わかめ
25	月	ごはん、ハムカツ、スパゲッティサラダ、みそ汁		煎餅、かりんとう、麦茶	ハム、キュウリ、人参、パプリカ、えのき、油揚げ、サツマイロ、ごま
26	火	ロールパン、シチュー、チーズ		大学いも、麦茶	鶏肉、玉葱、人参、ジャガイロ、ブロッコリー、キャベツ、サツマイロ、ごま
27	水	ごはん、ししやものいそべ揚、卵焼き、根菜マヨネーズ、みそ汁		フルーツヨーグルト、クラッカー、麦茶	ししやも、卵、わかめ、麩、ハム、人参、ごぼう、レコン
28	木	ごはん、筑前煮、なめこ汁		煎餅、おやつ昆布、麦茶	鶏肉、人参、ごぼう、レコン、こんにゃく、大豆、なめこ、長葱
29	金	ピピソバ、わかめスープ		バナナ蒸しパン、麦茶	牛肉、もやし、卵、人参、ほうれん草、わかめ、長葱、バナナ、卵
30	土	みそ煮込みうどん、浅漬け		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、かぶ、油揚げ、小松菜、かまぼこ、キュウリ、キャベツ

※ 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。

※ 昼食にはお茶が付きます。

※ 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。)

