

食事予定献立表

2015年 8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	土	そうめん、大豆入りかき揚げ		カステラ、野菜ジュース	インゲン、人参、大豆、長袷、小松菜、かまぼこ
3	月	夏野菜のカーライス、フレチサラダ		フルーツヨーグルト、ラスク	豚肉、インゲン、ズッキーニ、オクラ、トマト、玉ねぎ、レタス、キュウリ、レモン、キウイフルーツ、バナナ
4	火	ごはん、煮魚、かき揚げ、みそ汁		煎餅、かりんとう、麦茶	赤魚、かき揚げ、豆腐、モロヘイヤ
5	水	ごはん、チンジャオロース、スープ		ビスケット、えびせん、麦茶	ウインナー、ピーマン、パプリカ、タケノコ、えのき、チンゲン菜
6	木	スパゲッティ(パスタ)、コンソープ		ミアメリカントック、スムージー	ham、ピーマン、玉ねぎ、マッシュルーム、コンクリーム缶、バナナ、パイ缶、ヨーグルト
7	金	ごはん、かじきの竜田揚げ、豚汁		えびせん、ビスケット、麦茶	かじき、サラダ菜、トマト、豚肉、大根、人参、しらたき、ごぼう、豆腐
8	土	焼うどん、かきたま汁		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、長袷、人参、かまぼこ、椎茸、卵、ほうれん草
10	月	ロールパン、ミレストロネ、チーズ		果物、ウエハース、麦茶	ベーコン、人参、セリ、パプリカ、玉ねぎ、マカロニ、チーズ、トマト水煮
11	火	ごはん、豚肉しょうが焼、もやしのお浸し、みそ汁		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、もやし、キュウリ、人参、えのき、水菜
12	水	冷しうどん、厚揚げのそぼろあんかけ		煎餅いろいろ、麦茶	鶏肉、人参、小松菜、かまぼこ、鶏挽肉、厚揚げ
13	木	わかめごはん、ウインナー、卵焼き、すまし汁		煎餅、ビスケット、麦茶	ウインナー、わかめ、ごま、レタス、卵、オクラ、かまぼこ、ミニトマト
17	月	ごはん、豚肉と野菜の中華炒め、みそ汁		フルーツヨーグルト、クラッカー	豚肉、ニラ、もやし、人参、長袷、ニンニク、豆腐、わかめ
18	火	ごはん、ししゃもの磯辺揚げ、ミササラダ、みそ汁		煎餅、ビスケット、麦茶	ししゃも、ジャガイロ、キュウリ、人参、卵、キャベツ、えのき
19	水	冷しうどん、かき揚げ、		煎餅、ビスケット、麦茶	桜えび、モロヘイヤ、かまぼこ、卵、小松菜
20	木	カーライス、豆腐サラダ		果物、ポップコーン、麦茶	豚肉、人参、玉ねぎ、ジャガイロ、もめん豆腐、レタス、コーン、トマト
21	金	ごはん、ham、小松菜とじゃこの炒め物、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	ham、ちりめんじゃこ、小松菜、サラダ菜、ジャガイロ、わかめ
22	土	焼きそば、中華コンソープ		煎餅、かりんとう、麦茶	豚肉、ピーマン、キャベツ、人参、卵、コンクリーム缶
24	月	パン、マカロニグラタン、野菜スープ		煎餅、ビスケット、麦茶	鶏肉、マカロニ、玉ねぎ、ブロッコリー、レタス、ベーコン、人参、オクラ
25	火	ごはん、煮込みハンバーグ、マカロニサラダ、みそ汁		煎餅、ミゼリー、麦茶	合挽肉、玉ねぎ、ほうれん草、マカロニ、ham、キュウリ、人参、もやし、わかめ
26	水	ごはん、豚しゃぶ、海藻サラダ、みそ汁		煎餅、麩菓子、麦茶	豚肉、ひじき、わかめ、レタス、キュウリ、トマト、ジャガイロ、油揚げ
27	木	ジャージャーめん、モロヘイヤスープ、		人参ホットケーキ、豆乳	豚挽肉、もやし、人参、キュウリ、ニンニク、モロヘイヤ
28	金	ごはん、しらすとひじきの卵焼き、かき揚げ、みそ汁		クラッカー、チーズ、野菜ジュース	しらす、ひじき、かき揚げ、キャベツ、えのき、卵
29	土	ハンバーグ、ツナサラダ		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、玉ねぎ、キャベツ、キュウリ、ツナ缶
31	月	ピザ、もずくスープ		豆乳ゼリー、クッキー、麦茶	牛肉、もやし、人参、オクラ、卵、もずく、長袷

※ 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。

※ 昼食にはお茶が付きまます。

※ 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

ホームページ等でお知らせします。

※ 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。)

