

食事予定献立表

2015年 9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	火	ひやむぎ、さつまいものかきあげ		えびせん、ビスケット、麦茶	サツマイ、人参、小松菜、ちくわ、かまぼこ
2	水	ごはん、煮魚、大豆とひじきの煮物、みそ汁		煎餅、かりんとう、麦茶	赤魚、ひじき、大豆、人参、ちくわ、こんにやく、モロイヤ、油揚げ
3	木	カレーライス、アーモンドサラダ		煎餅、チーズ、麦茶	豚肉、人参、玉ねぎ、ジャガイモ、大根、キュウリ、トマト、レモン、アーモンドスライス
4	金	ごはん、魚フライ(キャベツタルタルソース)、けんちん汁		煎餅、クッキー、麦茶	アジ、豆腐、こんにやく、人参、ごぼう、大根、キャベツ、玉ねぎ
5	土	卵チャーハン、スープ		煎餅、ビスケット、麦茶	ハム、卵、レタス、人参、豆腐、チンゲン菜
7	月	ハムチーズオムレツ、ミネストローネ		煎餅、クッキー、麦茶	チーズ、ハム、ベーコン、玉ねぎ、人参、セリ、パプリカ、トマト、マカロニ
8	火	ごはん、肉だんご甘酢あんかけ、みそ汁		野菜ジュース、クラッカー	とりごぼうだんご、玉ねぎ、人参、モロイヤ、豆腐
9	水	ごはん、肉じゃが、キュウリの塩昆布和え、みそ汁		煎餅、ラムネ、麦茶	豚肉、ジャガイモ、しらたき、玉ねぎ、人参、キュウリ、麩、水菜
10	木	きのこうどん、魚の磯辺揚げ		煎餅、かかするめ、麦茶	しめじ、舞茸、油揚げ、かまぼこ、長ねぎ、赤魚、チンゲン菜、ミニトマト
11	金	ごはん、鶏肉の照焼、ほうれん草とちくわのソテー、みそ汁		煎餅、ビスケット、麦茶	鶏肉、ほうれん草、ちくわ、かまぼこ、油揚げ
12	土	ハンバーグ、コールスローサラダ		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、キュウリ、ハム
14	月	ひじきごはん、煮魚、かぼちゃ甘煮、みそ汁		煎餅、ウエハース、麦茶	赤魚、かまぼこ、ひじき、油揚げ、人参、なめこ、小松菜
15	火	麻婆豆腐丼、春雨サラダ、スープ		えびせん、チーズ、麦茶	豚挽肉、豆腐、長ねぎ、春雨、ハム、キュウリ、人参、ニラ、キャベツ
16	水	ごはん、ししゃもの磯辺揚げ、豚汁		煎餅、クッキー、麦茶	ししゃも、チンゲン菜、ミニトマト、青のり、豚肉、大根、しらたき、人参、ごぼう、長ねぎ
17	木	焼きそば、中華コンスープ		ホットケーキ、豆乳	豚肉、ピーマン、もやし、人参、キャベツ、コンクリーム缶、卵
18	金	ごはん、かじきのみそマヨネーズ焼、人参甘煮、みそ汁		おはぎ、煎餅、麦茶	かじき鮓、人参、小ねぎ、豆腐、わかめ
19	土	ごはん、肉野菜炒め、スープ		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、ニラ、もやし、人参、長ねぎ、春雨、卵、小ねぎ
21	月	パン、豆腐ナゲット、マカロニサラダ、スープ		ふかし芋、麦茶	もめん豆腐、鶏挽肉、チンゲン菜、キュウリ、人参、チンゲン菜、コン、ハム、サツマイ
22	火	三色丼、けんちん汁		煎餅、鈴かステラ、麦茶	鶏挽肉、卵、桜でんぶ、豆腐、大根、人参、ごぼう、こんにやく、長ねぎ
23	水	スパゲッティボリタタ、コンスープ		フルーツヨーグルト、ビスケット	ハム、玉ねぎ、ピーマン、パプリカ、トマト、コンクリーム缶、パセリ
24	木	煮込みうどん、かぼちゃそぼろあんかけ		煎餅、おやつ昆布、麦茶	鶏挽肉、小ねぎ、かまぼこ、小松菜、人参、厚揚げ、かまぼこ
25	金	ごはん、スープカレー		煎餅、ラムネ、麦茶	鶏肉、玉葱、人参、インゲン、ジャガイモ、レモン、セリ
26	土	親子丼、すまし汁		煎餅、クッキー、麦茶	鶏肉、卵、玉ねぎ、かまぼこ、小松菜
28	月	パン、チキンマカロニグラタン、スープ		飲むヨーグルト、クラッカー、果物	鶏肉、玉ねぎ、ブロッコリー、もやし、えのき、水菜
29	火	金時ごはん、豆腐ハンバーグ、みそ汁		煎餅、麩菓子、麦茶	鶏挽肉、もめん豆腐、レモン、ひじき、サツマイ、わかめ、麩
30	水	ピザ、もずくスープ		 お誕生会特別メニュー	牛肉、人参、もやし、卵、ほうれん草、もずく、長ねぎ

※ 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。

30日のおやつはお誕生会特別メニューです。

※ 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

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。)

