

# 食事予定献立表

2016年 2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	月	ハムチーズサンド、シチュー		ふかし芋、麦茶	ハム、スライスチーズ、鶏肉、ジャガイモ、玉ねぎ、人参、ブロッコリー
2	火	カレーライス、レコンサダ		ラスク、リンゴ、ミルクティ	豚肉、ジャガイモ、玉ねぎ、人参、レコン、ハム、水菜
3	水	のり巻、のっぺい汁		🎊お誕生会特別メニュー	人参、ほうれん草、卵、桜でんぶ、シイタケ、里芋、大根、こんにゃく、小松菜
4	木	ごはん、麻婆豆腐、春雨スープ		煎餅、ラムネ、麦茶	豚挽肉、豆腐、長ねぎ、春雨、人参、白菜、舞茸
5	金	ごはん、いりどり、キャベツとキュウリの浅漬、みそ汁		煎餅、野菜チップス、麦茶	鶏肉、大豆、人参、レコン、椎茸、キャベツ、キュウリ、わかめ、麩
6	土	ジャージャーうどん、もずくスープ		えびせん、キャンディ、麦茶	豚挽肉、長ねぎ、人参、もやし、キュウリ、もずく
8	月	ごはん、煮魚、レコンキムチ、みそ汁		クラッカー、バナナ、野菜ジュース	赤魚、レコン、ごぼう、人参、豆腐、わかめ
9	火	ごはん、豆腐ハンバーグ、きのこあんかけ、みそ汁		煎餅、ビスケット、麦茶	鶏挽肉、もめん豆腐、しめじ、えのき、小松菜、油揚げ
10	水	ごはん、魚フライ、大根サラダ、けんちん汁		煎餅、クッキー、麦茶	ほっけ、ツ缶、キュウリ、豆腐、大根、人参、こんにゃく、ごぼう
11	木	カレーうどん、ウインナー、温野菜サラダ		ラスク、リンゴ、ココア	豚肉、長ねぎ、ウインナー、ジャガイモ、ブロッコリー、人参、パプリカ
12	金	ごはん、マカロニサラダ、野菜スープ		フルーツヨーグルト、麦茶	鶏肉、玉ねぎ、ブロッコリー、マカロニ、ベーコン、キャベツ、人参
13	土	おにぎり、けんちん汁		煎餅、かりんとう、麦茶	鮭、塩昆布、大根、人参、こんにゃく、長ねぎ、ごぼう
15	月	菜めし、おでん		クラッカー、チーズ、ココア	ウズ卵、昆布、ちくわ、こんにゃく、ちくわ巻、ハヤシ、さつま揚げ、ウインナー
16	火	サンドイッチ、シチュー		煎餅、ビスケット、麦茶	卵、チーズ、ハム、キュウリ、ジャガイモ、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、鶏肉
17	水	ごはん、肉と野菜の中華炒め、中華コンスープ		煎餅、リンゴ、麦茶	豚肉、もやし、人参、ニラ、コンクリーム缶、卵
18	木	ごはん、焼きししやも、かぼちゃ甘煮、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	ししやも、かぼちゃ、わかめ、豆腐
19	金	三色丼、豚汁		煎餅、マシュマロ、麦茶	鶏挽肉、卵、でんぶ、ネギ、豚肉、大根、人参、ごぼう、しらたき、長ねぎ、チヂミ
20	土	みそ煮込みうどん、キャベツと大根の塩昆布あえ		煎餅、キャンディ、麦茶	豚肉、かぼちゃ、小松菜、厚揚げ、キャベツ、大根、塩昆布
22	月	ロールパン、ミネトローネ		いももち、チーズ、豆乳	ベーコン、人参、玉ねぎ、セリ、パプリカ、マカロニ、ジャガイモ
23	火	ごはん、豚肉とレコンのつまみ揚げ、ポテトサラダ、みそ汁		煎餅、おやつ昆布、麦茶	豚肉、レコン、ジャガイモ、人参、キュウリ、ハム、えのき、油揚げ
24	水	きのこうどん、豆腐ステーキ、さぼろあんかけ		煎餅、かりんとう、麦茶	鶏挽肉、しめじ、舞茸、小松菜、えのき、人参、もめん豆腐、小松菜
25	木	炊き込みごはん、豚肉とキャベツのチーズロール揚げ、すまし汁		煎餅色々、麦茶	豚肉、キャベツ、スライスチーズ、人参、ごぼう、油揚げ、しめじ、舞茸、麩、わかめ
26	金	スパゲッティミートソース、コンスープ		🎊お誕生会特別メニュー	豚挽肉、玉ねぎ、トマト水煮、パセリ、コンクリーム缶
27	土	オムライス、野菜ジュース		煎餅、クッキー、麦茶	鶏肉、玉ねぎ、卵、ウインナー、白菜
29	月	ごはん、豆腐ステーキ、カラフルナムル		煎餅、カステラ、麦茶	豚肉、白菜、ニラ、豆腐、人参、もやし、パプリカ、ひじき、水菜

※ 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。)

