

# 食事予定献立表

2017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	水	ジヤージヤードン、ポテスープ		おにぎり、果物、お茶	豚挽肉、長袖、人参、もやし、水菜、ジャガイモ、わかめ
2	木	ごはん、ひとくちカツ、キャベツとツナのサラダ、みそ汁		ポップコーン(カレー味)、お茶	豚肉、キャベツ、パプリカ、ツナ、えのき、油揚げ
3	金	のり巻、伊勢のみれ汁		🎂お誕生会特別メニュー	伊勢のみれ、人参、ごぼう、里芋、長袖、豆腐、ほうれん草、卵、お魚ソーゼツ
4	土	おにぎり、豚汁		煎餅、果物、お茶	たらこ、人参、しらたき、梅干、豚肉、長袖、ごぼう
6	月	カレーライス、レコンサダ		さつまいも天、お茶	豚肉、ジャガイモ、人参、玉袖、レコン、ハム、キュウリ
7	火	炊き込みごはん、焼ししゃも、おひたし、卵焼き、すまし汁		青のりパン、果物、お茶	鶏肉、ししゃも、卵、キャベツ、人参、舞茸、ほうれん草、麩、玉袖
8	水	ごはん、鶏肉の唐揚げ、ポテサラダ、みそ汁		レンジ蒸しパン、お茶	鶏肉、ハム、ジャガイモ、人参、キュウリ、ほうれん草、えのき
9	木	ごはん、アジと豆腐のハンバーグ、キャベツとツナのサラダ、みそ汁		焼き野菜、お茶	アジ、豆腐、玉袖、ツナ、人参、キャベツ、大根、えのき
10	金	ごはん、ポテのミートグラタン、スープ		リンゴ蒸しパン、お茶	豚挽肉、玉袖、ジャガイモ、チーズ、豆腐、わかめ
11	土	親子丼、きのこ汁		クッキー、果物、お茶	鶏肉、卵、長袖、豆腐、しめじ、舞茸
13	月	サントイッチ、ピーフチャー		大豆とジャコのお焼き、お茶	豚肉、卵、チーズ、ジャガイモ、人参、玉袖、フロッキー
14	火	ごはん、豚肉の生姜焼き、けんちん汁		葛もち、果物、お茶	豚肉、サラダ菜、トマト、豆腐、人参、ごぼう、大根、油揚げ
15	水	ごはん、煮魚、鯖チキ煮付、みそ汁		芋もち、果物、お茶	赤魚、鯖チキ、ジャガイモ、わかめ
16	木	ごはん、ポテトロッケ、フレンチサラダ		人参パンケーキ、お茶	豚挽肉、ジャガイモ、玉袖、レタス、水菜、パプリカ、えのき、チゲン菜
17	金	わかめごはん、鶏肉照り焼き、ナムル、すまし汁		🎂お誕生会特別メニュー	わかめ、もやし、ほうれん草、人参、鶏肉
18	土	スパゲティミートソース、コンスープ		煎餅、果物、お茶	豚挽肉、玉袖、パセリ、コンクリーム
20	月	ごはん、天ぷら、かきたま汁		大根もち、果物、お茶	アジ、レコン、さつまいも、人参、ほうれん草、卵
21	火	キャロットライス、ミレストローネ		ちんびん(沖縄のルー)、お茶	ベーコン、人参、玉袖、セリ、トマト水煮、マカロニ
22	水	ひじきごはん、豆腐ステーキそぼろあんかけ、みそ汁		はりはりパン、お茶	鶏挽肉、もめん豆腐、ひじき、人参、油揚げ、キャベツ、もやし
23	木	ごはん、豚肉と野菜の中華炒め、スープ		のりチーズ、果物、お茶	豚肉、ニラ、もやし、人参、玉袖、春雨、白菜
24	金	ごはん、レコンはさみ揚げ、煮びたし、みそ汁		ふかし芋、果物、お茶	豚肉、レコン、油揚げ、小松菜、人参、麩、長袖
25	土	焼きそば、中華コンスープ		クッキー、果物、お茶	豚肉、もやし、キャベツ、ピーマン、人参、コンクリーム缶、卵
27	月	ごはん、豆腐チヂミ、カラフルム		きなこ黒みつマカロニ、お茶	豆腐、白菜、人参、ニラ、長袖、ジャガイモ、豚肉、ひじき、水菜、もやし
28	火	ドライカレー、野菜スープ		田作り、果物、お茶	豚挽肉、玉袖、人参、ピーマン、えのき、キャベツ、チゲン菜



インフルエンザが流行しています。朝、昼、夜の三度の規則正しい食事と早寝、早起きで体の抵抗力を付け、鬼(インフルエンザ)退治をしましょう。



- ※ 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。)

