

食事予定献立表

2017年 3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	炊き込みごはん、里芋のそぼろあんかけ、みそ汁		コーンフレーク、果物、お茶	鶏肉、舞茸、しめじ、ごぼう、人参、里芋、小松菜、鶏挽肉、油揚げ、玉ねぎ
2	木	ごはん、さわらのいそべ揚げ、小松菜のり和え、みそ汁		人参パンケーキ、お茶	さわら、小松菜、焼のり、豆腐、なめこ
3	金	赤飯、鶏炒みそ、ジャガイモのチーズ焼き、すまし汁		🎂お誕生会特別メニュー	鶏炒みそ肉、ささげ、チーズ、パセリ、ジャガイモ、麩、わかめ
4	土	焼うどん、かきたま汁		煎餅、果物、お茶	豚肉、人参、長ねぎ、かぼちゃ、ほうれん草、卵
6	月	ごはん、豚肉のはさみ焼き、きのこ汁		ポップコーン、果物、お茶	豚肉、長ねぎ、ごぼう、豆腐、舞茸、しめじ、椎茸、人参
7	火	カレーライス、お豆のサラダ		大根もち、果物、お茶	豚肉、ジャガイモ、人参、玉ねぎ、お豆色々、水菜、レタス
8	水	ごはん、かきまぐろのいそべ揚げ、レコンの蜂蜜醤油煮、みそ汁		かきまぐろ、果物、お茶	かきまぐろ、レコン、レタス、豆腐、わかめ
9	木	ごはん、豚肉の生姜焼き、グリーンサラダ、みそ汁		小松菜蒸しパン、お茶	豚肉、キャベツ、スナップエンドウ、水菜、わかめ、ジャガイモ
10	金	ごはん、煮魚、キノコごぼう、みそ汁		野菜チップス、果物、お茶	赤魚、ごぼう、人参、レコン、えのき、油揚げ
11	土	おにぎり、豚汁		ビスケット、果物、お茶	鮭、梅干、豚肉、人参、ごぼう、サツマイモ、長ねぎ
13	月	サンドイッチ、ポークチュー		葛もち、果物、お茶	豚肉、ジャガイモ、人参、玉ねぎ、ブロッコリー、チーズ、レタス、ウィンナー
14	火	ごはん、さわらのみそマヨネーズ焼き、大根サラダ、みそ汁		フルーツ寒天ゼリー、お茶	さわら、大根、水菜、豆腐、わかめ、ハム
15	水	ごはん、鶏肉のレモン醤油焼き、カマサラダ、みそ汁		サツマイモのマフィン、お茶	鶏肉、わかめ、もやし、人参、大根、油揚げ
16	木	ごはん、春巻、中華スープ		ジャガイモもち、果物、お茶	豚肉、人参、長ねぎ、春雨、タケノコ、もやし、ニラ
17	金	ごはん、肉じゃが、根菜汁		おやつ昆布、果物、お茶	豚肉、人参、玉ねぎ、しらたき、ごぼう、レコン、里芋、長ねぎ
18	土	小松菜のクリームパゲッティ、ツツサラダ		ビスケット、果物、お茶	ベーコン、ツツ缶、水菜、小松菜、しめじ、玉ねぎ、キャベツ
20	月	三色丼、けんちん汁		ヨーグルト、果物、お茶	鶏挽肉、豆腐、ひじき、人参、卵、ごぼう、油揚げ、キノコ
21	火	うどん、大豆のかき揚げ		ちんぴん、果物、お茶	大豆、水菜、かぼちゃ、小松菜
22	水	ごはん、鯖の味噌煮、すき昆布炒め煮、みそ汁		リンゴ蒸しパン、お茶	鯖、すき昆布、人参、打豆、麩、キャベツ
23	木	ちりめんじゃこごはん、春のかき揚げ、みそ汁		かぼちゃのアップケーキ、お茶	ちりめんじゃこ、玉ねぎ、菜の花、ウィンナー、麩、小松菜
24	金	カレーライス、キャベツとツツとリンゴのサラダ		のりチーズ、果物、お茶	豚肉、ジャガイモ、人参、玉ねぎ、キャベツ、ツツ缶、リンゴ
25	土	野菜たっぷりラーメン		煎餅、果物、お茶	ハム、なると、白菜、チゲン菜、もやし、卵、人参
27	月	パン、ポテトロック、スープ		大豆とジャコのお焼き、果物、お茶	豚挽肉、玉ねぎ、コーン、キャベツ、えのき、油揚げ
28	火	ごはん、炒り鶏、みそ汁		青のりパン、果物、お茶	鶏肉、人参、レコン、昆布、ごぼう
29	水	ごはん、野菜の肉巻きステーキ、みそバタースープ		レースパンケーキ、お茶	豚肉、ジャガイモ、人参、鶏挽肉、白菜、大根、かぼちゃ、バター
30	木	ごはん、豆腐炒め、春雨サラダ		🎂お誕生会特別メニュー	豚肉、豆腐、人参、ニラ、白菜、春雨、ハム、水菜
31	金	たいようさんリクエストメニュー		おわかれ会メニュー	—



卒園児に好きなメニューのリクエストをとりました。献立に入れましたのでお楽しみに。



※ 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。)

