

食事予定献立表

2018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	木	アジの照焼丼、豚汁		マロニキナ粉、果物、お茶	アジ、焼のり、ごま、ごぼう、豚肉、サツ、人参、しらたき、長袖	
2	金	ジャージャーめん、カメスープ		パフェ、ジュース	中華めん、長袖、人参、カメ、豚挽肉、もやし、水菜、	
3	土	のり巻、伊つみれ汁		福豆、果物、お茶	伊つ、人参、ごぼう、豆腐、長袖、ほうれん草、お魚ソーゼ	
5	月	カレーライス、レコンサダ		干し芋、牛肉	豚肉、人参、玉袖、ジャガ、レコン、水菜、ハム	
6	火	ひじきごはん、豆腐ステーキそばろあんかけ、みそ汁		レーズンホットケーキ、お茶	鶏挽肉、もめん豆腐、ひじき、人参、油揚げ、キャ、もやし	
7	水	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、人参、コンクリーム缶、パセ	
8	木	キャロットライス、ミストローネ		チーズトースト、果物、お茶	ベーコン、人参、玉袖、セロ、マロニ、トマト水煮、青のり	
9	金	ごはん、めかじきみそ漬け焼き、煮びたし、みそ汁		ジャガバター、お茶	めかじき、小松菜、人参、油揚げ、カメ、豆腐	
10	土	おにぎり、きのこ汁		ビスケット、果物、お茶	鮭、梅干、しめじ、舞茸、人参、里芋、長袖	
12	月	菜めし、おでん		バナナ、牛乳	大根菜、うずらの卵、さつま揚げ、ハ、ちくわ、昆布、ウイ	
13	火	パン、マカログラタン、スープ		ブルーベリー、バナナ、お茶	鶏肉、玉袖、マロニ、ブロッコリー、高野豆腐、ブロッコリスラ	
14	水	ごはん、ひとくちカツ、コンソメスープ、みそ汁		ハートクッキー、果物、お茶	豚肉、キャ、パプリカ、えのき、油揚げ、ハム	
15	木	天ぷらうどん		青のりポテト、お茶	レコン、カ、カボ、桜えび、玉袖、青のり、小松菜	
16	金	ハンバーグ、野菜クマあえ		煎餅、果物、お茶	豚肉、玉袖、グリーンピース、人参、小松菜、クマ	
17	土	チキンライス、野菜スープ		ビスケット、果物、お茶	鶏肉、玉袖、ピーマン、人参、えのき、キャ、チンゲン菜、カメ	
19	月	カレーうどん、ブロッコリーとツナのサラダ		ふかし芋、牛乳	豚肉、長袖、人参、ブロッコリー、ツ	
20	火	ごはん、魚の磯辺揚げ、ひじき炒め煮、みそ汁		ポップコーン、果物、お茶	赤魚、ひじき、油揚げ、人参、打豆、青のり、豆腐、カメ	
21	水	ごはん、ポークビーンズ、スープ		煎餅、果物、お茶	豚肉、ジャガ、玉袖、人参、ビーンズ、ピーマン、カメ、長袖	
22	木	ごはん、炒り鶏、みそ汁		リンゴジャムサンド、お茶	鶏肉、人参、椎茸、大豆、レコン、キャ	
23	金	豚丼、みそ汁		ヨーグルトシリアル、果物、お茶	豚肉、えのき、玉袖、チンゲン菜、大根、長袖	
24	土	小松菜クリームスパゲティ、リンゴサラダ		煎餅、果物、お茶	小松菜、玉袖、しめじ、ベーコン、リンゴ、レタス、水菜	
26	月	【お弁当の日】			—	—
27	火	ごはん、カジキのフライ、リンゴサラダ、みそ汁		干し芋、牛乳	カジキまぐろ、レタス、リンゴ、パプリカ、ブロッコリスラ、カメ、油揚げ	
28	水	ごはん、豆腐カレー、カラフルム		根菜チップス、果物、お茶	豚肉、豆腐、人参、コ、白菜、長袖、もやし、ひじき、パプリカ、水菜	



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、除去します。

(医師の診断書等が必要。)

