

食事予定献立表

2018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	木	シーフードカレーライス、大根サラダ		リンゴ、ホットケーキ、お茶	シーフードミックス、玉ねぎ、人参、ジャガイモ、大根、ツ缶、水菜
2	金	菜の花ごはん、フィンガーフライ、ツツサラダ、すまし汁		ひなあられ、ゼリー、甘酒	菜の花、しらす、粒コシ、桜そばろ、鶏ササミ、ツ缶、レタス、キュウリ、てまり麩
3	土	炊き込みごはん、里芋のそぼろあんかけ、みそ汁		ビスケット、果物、お茶	鶏肉、ごぼう、舞茸、人参、鶏挽肉、里芋、豆腐、わか
5	月	ごはん、リンゴの磯辺揚げ、豚汁		干し芋、きな粉牛乳	豚肉、人参、大根、ごぼう、しらたき、リンゴ、玉ねぎ、焼のり
6	火	キャロットライス、みそバタースープ		煎餅、果物、お茶	人参、バター、大根、かぶ、白菜、長ねぎ、鶏挽肉つみれ、小松菜
7	水	ごはん、肉団子甘酢あんかけ、中華スープ		青のりパン、果物、お茶	豚挽肉、玉ねぎ、人参、はるさめ、チンゲン菜
8	木	ごはん、野菜の肉巻きステーキ、みそ汁		ビスケット、果物、お茶	豚肉、人参、インゲン、えのき、ジャガイモ、わか、小松菜
9	金	ごはん、魚フライ(タルタルソース)、みそ汁		ツツ蒸しパン、お茶	赤魚、キャベツ、玉ねぎ、なめこ、豆腐、長ねぎ
10	土	みそ煮込みうどん、海藻サラダ		ビスケット、果物、お茶	豚肉、かぶ、油揚げ、人参、長ねぎ、海藻色々、トマト、レタス
12	月	サンドイッチ、ポークカレー		ふかし芋、きな粉牛乳	チーズ、ツ缶、レタス、豚肉、玉ねぎ、人参、ジャガイモ、ブロッコリー
13	火	ごはん、筑前煮、みそ汁		ポップコーン、果物、お茶	鶏肉、大豆、昆布、人参、リンゴ、もやし、玉ねぎ
14	水	スパゲッティ(ミートソース)、コンスープ		煎餅、果物、お茶	豚挽肉、玉ねぎ、人参、コンクリーム缶、パセリ
15	木	ごはん、かき揚げの竜田揚げ、マカロニサラダ、みそ汁		フルーツグールドシリアル、お茶	かき揚げ、マカロニ、ハム、人参、キュウリ、油揚げ、長ねぎ
16	金	ごはん、鶏肉のトマト煮込み、みそ汁		じゃがバター、豆乳	鶏肉、トマト水煮、かぶ、わか、玉ねぎ、ピーマン
17	土	三色丼、根菜汁		ビスケット、果物、お茶	鶏挽肉、インゲン、でんぶ、ごぼう、人参、里芋、油揚げ
19	月	チーズサンド、クラムチャウダー		干し芋、きな粉牛乳	チーズ、アサリ、玉ねぎ、人参、ジャガイモ、セリ、パセリ
20	火	ごはん、スープカレー、ブロッコリーとツツのサラダ		煎餅、果物、お茶	豚肉、リンゴ、ジャガイモ、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、ツ缶、パセリ
21	水	野菜たっぷりラーメン		ビスケット、果物、お茶	焼豚、長ねぎ、もやし、わか、粒コシ、なると、チンゲン菜、人参
22	木	ひじき混ぜご飯、豆腐揚げ		手作りジャムサンド、お茶	ひじき、豚肉、ニラ、白菜、人参、長ねぎ、豆腐
23	金	ごはん、煮魚、小松菜焼きのりあえ、みそ汁		ポテトフライ、お茶	白身魚、小松菜、焼のり、人参、里芋、大根、油揚げ、小ねぎ
24	土	スパゲッティ(トマトソース)、リンゴサラダ		ビスケット、果物、お茶	ペーコシ、玉ねぎ、トマト水煮、マッシュルーム、レタス、キュウリ、リンゴ
26	月	【お弁当の日】		—	—
27	火	たいようさんリクエストメニュー		たいようさんリクエストメニュー	豚肉、レタス、トマト、玉ねぎ、人参、かぶ、わか、パプリカ
28	水	たいようさんリクエストメニュー		たいようさんリクエストメニュー	合挽肉、玉ねぎ、キャベツ、キュウリ、ハム、なめこ、豆腐、わか、ごま
29	木	ごはん、肉じゃが、みそ汁		煎餅、果物、お茶	豚肉、ジャガイモ、玉ねぎ、人参、しらたき、わか、麩
30	金	ビビンバ、もずくスープ		お別れ会メニュー	牛肉、もやし、人参、ほうれん草、パプリカ、もずく、長ねぎ
31	土	ちりめんじゃこごはん、春のかき揚げ、みそ汁		ビスケット、果物、お茶	ちりめんじゃこ、玉ねぎ、菜の花、ウインナー、麩、小松菜



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、除去します。

(医師の診断書等が必要。)

