

# 食事献立表

2018年 4月

サンガこども園

日	曜	主食	副食	おやつ・水分補給	材 料	
2	月	パン、クリームシチュー、キャベツとツナのサラダ		クッキー、イチゴ、お茶	鶏肉、人参、玉ねぎ、ジャガイモ、ブロッコリー、キャベツ、粒コーン、ツ缶、水菜	
3	火	ハンバーグ、カラフルム		ジャガイモバター、牛乳	豚肉、玉ねぎ、人参、小松菜、カレーマン、もやし、ハム、ひじき	
4	水	ごはん、煮魚、ひじき炒め煮、みそ汁		マロンきな粉、リンゴ、お茶	赤魚、油揚げ、小松菜、ひじき、人参、大豆、ちくわ、リンゴ、キヌメ	
5	木	ごはん、ポテトグラタン、スープ		煎餅、バナナ、お茶	豚挽肉、ジャガイモ、玉ねぎ、チーズ、パセリ、キャベツ、ペーコン、パプリカ、もやし	
6	金	山菜うどん、ししゃものから揚げ		サツマインゲン、豆乳	鶏肉、ししゃも、サラダ菜、トマト、人参、油揚げ、タコ、ネギ、小ねぎ、椎茸	
7	土	ドライカレー、コールスローサラダ		ビスケット、リンゴ、お茶	合挽肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ハム、キュウリ、パプリカ	
9	月	ごはん、ササミ、マロンサラダ、みそ汁		干し芋、イチゴ、牛乳	鶏ササミ、ハム、人参、キュウリ、油揚げ、小松菜、マロン	
10	火	かきあげうどん		煎餅、リンゴ、お茶	大豆、長ねぎ、サツマインゲン、かまぼこ、小松菜、人参	
11	水	ごはん、もりもり中華炒め、スープ		ふかし芋、豆乳	豚肉、ニラ、もやし、人参、長ねぎ、わかめ、えのき、赤ピーマン	
12	木	カレーライス、リンゴのサラダ		ゼリー、ポップコーン、ジュース	豚肉、人参、ジャガイモ、玉ねぎ、セロリ、リンゴ、レタス、キュウリ	
13	金	ごはん、トマトリキソ、野菜スープ		芋もち、リンゴ、お茶	鶏肉、サラダ菜、トマト、ペーコン、キャベツ、人参、玉ねぎ、赤ピーマン	
14	土	焼きそば、スープ		ビスケット、キウフルーツ、リンゴ、お茶	豚肉、人参、キャベツ、もやし、長ねぎ、ほうれん草、ピーマン	
16	月	ごはん、キノコ、ミモザサラダ、みそ汁		煎餅、イチゴ、お茶	鶏肉、レタス、ほうれん草、人参、コーン、わかめ、豆腐	
17	火	アジ、蒲焼丼、豚汁		サツマインゲン、牛乳	アジ、豚肉、人参、小ねぎ、サツマインゲン、しらたき、ごぼう、焼きのり	
18	水	ジャージャーめん、わかめスープ		ビスケット、リンゴ、お茶	うどん、豚挽肉、長ねぎ、椎茸、人参、もやし、キュウリ、わかめ、小ねぎ	
19	木	ごはん、春キャベツのポコポコ、みそ汁		お豆蒸しパン、お茶	豚肉、キャベツ、ピーマン、タコ、人参、長ねぎ、わかめ、えのき	
20	金	ごはん、さわらとタコの煮付け、みそ汁		サツマインゲン、豆乳	さわら、タコ、さやエンドウ、なめこ、豆腐、ほうれん草、油揚げ	
21	土	キャロットライス、マロングラタン、スープ		フルーツヨーグルト、お茶	鶏肉、玉ねぎ、ブロッコリー、人参、チーズ、マロン、キャベツ、キヌメ	
23	月	【お弁当の日】			—	—
24	火	ハムチーズオムレツ、ササミ豆乳シチュー		干し芋、リンゴ、牛乳	生鮭、玉ねぎ、人参、ジャガイモ、ブロッコリー、チーズ、ハム	
25	水	ごはん、豚肉生姜焼き、小松菜ツนあえ、みそ汁		バナナホットケーキ、お茶	豚肉、小松菜、ツ缶、キャベツ、油揚げ、人参、キヌメ	
26	木	煮込みうどん、かぼちゃそぼろあんかけ		ポップコーン、リンゴ、お茶	鶏挽肉、小ねぎ、かぼちゃ、小松菜、油揚げ、かまぼこ、人参	
27	金	ごはん、チャプチェ、わかめスープ		ジャガイモバター、豆乳	牛肉、人参、春雨、わかめ、長ねぎ	
28	土	キノコライス、野菜スープ		ビスケット、キウフルーツ、お茶	鶏肉、玉ねぎ、人参、ほうれん草、ペーコン、ピーマン	
30	月	スパゲッティポプリタ、コンスープ		煎餅、リンゴ、お茶	ハム、玉ねぎ、ピーマン、マッシュルーム、コーンクリーム缶、パセリ	



毎月予定献立表を配布します。台所など見やすいところに貼って朝食や夕食と同じメニューにならないようにしていただくと幸いです。



※ 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。

(医師の診断書等が必要。)

