

# 食事予定献立表

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		米粉クッキー、果物、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、トマト	
3	火	ハンバーグ、カラフルナムル		ジャガバター、牛乳	豚肉、玉ねぎ、人参、小松菜、カービーマン、もやし、ハム、ひじき	
4	水	ごはん、煮魚、ひじき炒め煮、みそ汁		マロキナ粉、果物、お茶	赤魚、油揚げ、小松菜、ひじき、人参、大豆、ちくわ、レコン	
5	木	ごはん、ポテトミートグラタン、スープ		煎餅、果物、お茶	豚挽肉、ジャガイモ、玉ねぎ、チーズ、パセリ、キャベツ、ベーコン	
6	金	山菜うどん、ししゃものから揚げ		ツママイソテー、豆乳	鶏肉、ししゃも、サラダ菜、トマト、人参、油揚げ、タノコ、椎茸、ねぎ	
7	土	ドライカレー、コールスローサラダ		ビスケット、果物、お茶	合挽肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ハム、キュウリ	
9	月	ごはん、ササマイ、マロキナ、みそ汁		干し芋、果物、お茶	鶏ササミ、ハム、人参、キュウリ、油揚げ、小松菜、マロキ	
10	火	かきあげうどん		煎餅、果物、お茶	大豆、長ねぎ、ツママイ、かまぼこ、小松菜	
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	
12	木	カレーライス、リンゴのサラダ		ゼリー、ポップコーン、果物、ジュース	豚肉、人参、ジャガイモ、玉ねぎ、セリ、リンゴ、レタス、キュウリ	
13	金	ごはん、タンドリーチキン、野菜スープ		芋もち、果物、お茶	鶏肉、サラダ菜、トマト、ベーコン、キャベツ、人参、玉ねぎ、赤ピーマン	
14	土	焼きそば、わかめスープ		ビスケット、果物、お茶	豚肉、人参、キャベツ、もやし、長ねぎ、わかめ、ピーマン	
16	月	ごはん、チキンカツ、ミソサラダ、みそ汁		煎餅、果物、お茶	鶏肉、レタス、ほうれん草、人参、コーン、わかめ、豆腐	
17	火	アジ照焼井、豚汁		ツママイソテー、牛乳	アジ、豚肉、人参、長ねぎ、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、果物、お茶	中華めん、豚挽肉、長ねぎ、椎茸、人参、もやし、キュウリ、わかめ	
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、タノコ、人参、長ねぎ、わかめ、えのき	
20	金	ごはん、さわらとタノコの煮付け、みそ汁		ポテトフライ、豆乳	さわら、タノコ、さやエンドウ、なめこ、豆腐、小松菜	
21	土	キャロットライス、マロキナグラタン、スープ		ヨーグルトシリアル、果物、お茶	鶏肉、玉ねぎ、ブロッコリー、人参、チーズ、マロキ、キャベツ、わかめ	
23	月	【お弁当の日】			—	—
24	火	ハムチーズサンド、サモシ豆乳シチュー		ふかし芋、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、小松菜ツなえ、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	
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、果物、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		ジャガバター、豆乳	牛肉、人参、春雨、わかめ、長ねぎ	
28	土	チキンライス、野菜スープ		ビスケット、果物、お茶	鶏肉、玉ねぎ、人参、レタス、ベーコン、ピーマン	
30	月	スパゲッティポリタン、コンスープ		煎餅、果物、お茶	ハム、玉ねぎ、ピーマン、マッシュルーム、コンクリーム缶、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。)

