

2018年 7月

食事予定献立表

サンガこども園

日	曜	主食	副食	材料	おやつ	
2	月	ごはん	豆腐ナゲット カラフルナムル みそ汁	木綿豆腐 ツナ缶 ひじき モヤシ 人参 キャベツ 油揚げ	さつま芋りんご 牛乳	
3	火	ごはん	厚揚げのそぼろ煮 ツナサラダ みそ汁	厚揚げ 鶏挽肉 ツナ缶 ｷﾊﾞｯｼﾞ トマト ｷﾗﾘ 長ネギ ナス	するめ、果物 牛乳	
4	水	ごはん	肉じゃが キャベツの浅漬 みそ汁	豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 ｷﾊﾞｯｼﾞ 白滝 麩 ｺﾞﾙﾓ ｷﾗﾘ	はと麦おこし、果物	
5	木	ごはん	鶏肉のトマト煮 わかめスープ	鶏肉 トマト 玉葱 エノキ ピーマン ｺﾞﾙﾓ	野菜ﾓｽｶｯﾄ 果物	
6	金	夏野菜カレーライス	フレンチサラダ	豚肉 ｷﾗﾘ ｽﾌﾟﾘﾝｸﾞ ｷﾗﾘ 玉葱 人参 ｷﾗﾘ トマト ｷﾗﾘ ｷﾗﾘ	小魚煎餅 果物	
7	土	七夕そうめん		そうめん ハム チーズ 人参 オクラ ミニトマト	ｽﾄﾘｰﾌﾞﾙﾘｰ ｸｯｷｰ	
9	月	パン	ポークシチュー	豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 ブロッコリー	ねじり煎餅 牛乳	
10	火	ごはん	豚汁 さつま揚げしょうが煮	豚肉 豆腐 ｺﾞﾙﾓ 白滝 長ネギ 人参 さつま芋 さつま揚げ	ﾎｯﾌﾟｺｰﾝ 果物	
11	水	ごはん	鳥の唐揚げ マカロニサラダ みそ汁	鶏もも肉 ハム マカロニ 人参 キュウリ エノキ 小ｷﾗﾘ	干し芋 果物	
12	木	ごはん	煮魚 カボチャ甘煮 みそ汁	赤魚 カボチャ 油揚げ 小松菜 ｺﾞﾙﾓ	ｷﾗﾘ 果物	
13	金	ひじきごはん	煮込みハンバーグ すまし汁	合い挽き肉 舞茸 玉葱 小松菜 かまぼこ	ﾓｽｶｯﾄ、果物ｽｰﾌﾟ	
14	土	冷やしうどん	大豆のかき揚げ	大豆水煮 長ネギ 人参 小松菜 かまぼこ	ｸｯｷｰ ﾕｰｸﾞﾙﾄ	
16	月	三色丼	すまし汁	鶏挽肉 桜でんぶ ｷﾏﾝｻﾔ ﾎﾝﾍﾟﾝ 小ネギ	煎餅 パナナ	
17	火	ごはん	タンドリーチキン 野菜スープ	鶏もも肉 ｷﾗﾘ ｷﾗﾘ トマト ｽﾌﾟﾘﾝｸﾞ ｷﾊﾞｯｼﾞ 玉葱 人参	ふかし芋 牛乳	
18	水	ハヤシライス	お豆サラダ	豚肉 玉葱 人参 レタストマト キュウリ お豆色々	ｷﾗﾘ 果物	
19	木	ジャージャー麺	わかめスープ	豚挽肉 モヤシ 人参 キュウリ わかめ 長ネギ	小魚煎餅 果物	
20	金	枝豆ｷﾗﾘご飯	ｷﾗﾘ田揚げ ひじき煮 みそ汁	ｷﾗﾘ 枝豆 ｷﾗﾘ 豆腐 ｷﾗﾘ ﾋｼﾞｷ 竹輪 人参 油揚げ	ｷﾗﾙｷﾞﾈｺ 果物	
21	土	人参ごはん	ポテトミートグラタン スープ	豚挽肉 玉葱 じゃが芋 チーズ パセリ 人参 ｷﾊﾞｯｼﾞ	ｸｯｷｰ ﾕｰｸﾞﾙﾄ	
23	月	ごはん	ホイコーロー わかめサラダ みそ汁	豚肉 ｷﾊﾞｯｼﾞ ﾋﾟｰﾏﾝ 筍 人参 ｺﾞﾙﾓ ｷﾗﾘ トマト ﾋﾟｰﾏﾝ 長ネギ	干し芋 果物、牛乳	
24	火	ごはん	ししゃもの南蛮漬け そうめん汁	ししゃも 玉葱 人参 ｷﾗﾘ しめじ 長ネギ 麩 そうめん	ﾓﾙｸｼｰﾊﾞｯﾄ、ﾓｽｶｯﾄ	
25	水	スパゲッティ	トマトソース コーンスープ	ﾊﾞｰｺﾝ 玉葱 しめじ トマト水煮 ﾎﾟﾃﾄ 粉ﾌﾞﾗﾝﾄﾞ ﾕｰﾝｽｰﾌﾟ	ねじり煎餅 果物	
26	木	ごはん	豚しゃぶ チョレギサラダ スープ	豚肉 レタス キュウリ 人参 焼き海苔 ｺﾞﾙﾓ 長ネギ	はと麦おこし、果物	
27	金	ポークカレーライス	りんごサラダ	豚肉 人参 玉葱 じゃが芋 ｷﾊﾞｯｼﾞ ｷﾗﾘ ﾚﾝｺﾞ ｺｰﾝ	野菜ﾓｽｶｯﾄ 豆乳	
28	土	チャーハン	夏野菜スープ	レタス 人参 玉葱 ﾎﾞｰｺﾝ ｷﾊﾞｯｼﾞ ｽﾌﾟﾘﾝｸﾞ 赤ﾋﾟｰﾏﾝ	ｸｯｷｰ ﾕｰｸﾞﾙﾄ	
30	月	お弁当の日				
31	火	ごはん	チンジャオロース スープ	牛肉 ﾋﾟｰﾏﾝ ﾎﾟﾌﾟﾘｯｼﾞ 筍 人参 もずく 長ネギ	小魚煎餅 牛乳	

- ・昼食とおやつには、お茶又は水が付きます。
- ・0歳、1歳の午前おやつは、その日の状況で変わります。詳しくは連絡ノートでお知らせします。
- ・2歳以上は、午前中に水分補給をします。
- ・ご飯は、雑穀ご飯です。
- ・離乳食は、発育に合わせたメニューです。その日の連絡ノートでお知らせします。
- ・献立の変更、詳細は、ホームページでお知らせしています。
- ・アレルギーがある場合は、材料の変更か除かれます。(医師の診断書が必要です。)

