

食事予定献立表

2014年 4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 | 火 | ごはん、スープカレー | | チーズクラッカー、飲むヨーグルト | 豚肉、レコン、玉ネギ、ジャガ 仔、人参、セリ、インゲン |
| 2 | 水 | てんぷらうどん | | 大学芋、おやつ昆布、麦茶 | かぼ ちゃ、人参、インゲン、ちくわ、小松菜、かまぼこ |
| 3 | 木 | ごはん、麻婆豆腐、もやしのナムル、みそ汁 | | 煎餅、ビスケット、麦茶 | 豚挽肉、ニラ、豆腐、もやし、ほうれん草、わかめ、麩、ハム |
| 4 | 金 | スパゲッティミートソース、コンスープ | |  お誕生会特別メニュー | 豚挽肉、玉葱、パプリカ、セリ、コンクリーム缶、パセリ、粉チーズ |
| 5 | 土 | 親子丼、みそ汁 | | 煎餅、キャンディ、麦茶 | 鶏肉、長袖、卵、わかめ、豆腐 |
| 7 | 月 | ハムチーズオムレツ、ミネストローネ | |  お誕生会特別メニュー | ハム、ベーコン、チーズ、レタス、セリ、人参、玉葱、パプリカ、マヨネーズ、パンナ |
| 8 | 火 | ごはん、ししゃもの磯辺揚げ、ポテサラダ、みそ汁 | | 煎餅、麩菓子、麦茶 | ししゃも、青のり、卵、白菜、油揚げ、ハム、キュウリ、人参、ジャガ 仔 |
| 9 | 水 | わかめごはん、豆腐ハンバーグ、菜の花おひたし、すまし汁 | | いわしっこ、かりんとう、麦茶 | 鶏挽肉、木綿豆腐、レコン、わかめ、小袖、菜の花、ハム |
| 10 | 木 | ジャージャーうどん、かきたま汁 | | 煎餅、チーズ、麦茶 | 豚挽肉、玉葱、しいたけ、人参、キュウリ、もやし、卵、ほうれん草 |
| 11 | 金 | カレーライス、コールスローサラダ | |  お誕生会特別メニュー | 豚肉、人参、玉葱、ジャガ 仔、キャベツ、レーズン、キュウリ、ハム |
| 12 | 土 | おにぎり、豚汁 | | 煎餅、クッキー、麦茶 | 梅干、鮭、焼のり、豚肉、サマ任、人参、しらたき、大根、ごぼう |
| 14 | 月 | やきそば、中華コンスープ | | 果物、クラッカー、野菜ジュース | 豚肉、ピーマン、もやし、キャベツ、人参、コンクリーム缶、卵 |
| 15 | 火 | ごはん、鶏肉の竜田揚げ、春雨スープ | | 煎餅、おやつ昆布、麦茶 | 鶏肉、ミニトマト、サラダ菜、人参、春雨、しいたけ、白菜 |
| 16 | 水 | ごはん、煮魚、ひじき炒煮、みそ汁 | | えびせん、野菜チップス、麦茶 | 赤魚、ひじき、大豆、ちくわ、人参、こんにゃく、豆腐、なめこ |
| 17 | 木 | ごはん、チンジャオロース、わかめスープ | | チーズ、ラスク、麦茶 | ウィンナー、ピーマン、人参、たけのこ、パプリカ、わかめ、長袖 |
| 18 | 金 | 煮込みうどん、レコンサラダ | | 煎餅、クッキー、麦茶 | 豚肉、小松菜、なると、人参、長袖、レコン、キュウリ、ハム |
| 19 | 土 | 三色丼、けんちん汁 | | 煎餅、ビスケット、麦茶 | 鶏挽肉、卵、サマ任、人参、ごぼう、こんにゃく、豆腐、長袖、油揚げ |
| 21 | 月 | オムレツ、ジュース | | フルーツヨーグルト、クラッカー、麦茶 | チーズ、卵、ブルーベリージャム、鶏肉、人参、玉葱、ブロッコリー、ジャガ 仔 |
| 22 | 火 | ごはん、ミートグラタン、スープ | |  お誕生会特別メニュー | 豚挽肉、パプリカ、玉葱、人参、キャベツ、チンゲン菜、ベーコン |
| 23 | 水 | たけのこごはん、魚の照焼、キムチごぼう、みそ汁 | | 煎餅、おやつ昆布、麦茶 | かじき、ごぼう、人参、レコン、たけのこ、油揚げ、豆腐、わかめ |
| 24 | 木 | キャロットライス、ササミフライ、コールスローサラダ、スープ | | えびせん、ビスケット、麦茶 | 鶏肉、ササミ、人参、キャベツ、キュウリ、ベーコン、もやし |
| 25 | 金 | ごはん、豚しゃぶ、もやしのナムル、みそ汁 | |  お誕生会特別メニュー | 豚肉、もやし、ほうれん草、人参、ハム、長袖、麩 |
| 26 | 土 | てんぷらうどん | | 煎餅、ビスケット、麦茶 | 大豆、長袖、サマ任、人参、小松菜 |
| 28 | 月 | ピピソバ、わかめスープ | | 煎餅、麩菓子、麦茶 | 牛肉、菜の花、人参、タケノコ、卵、わかめ、長葱 |
| 29 | 火 | ごはん、肉じゃが、みそ汁 | | 果物、飲むヨーグルト | 豚肉、ジャガ 仔、玉葱、人参、しらたき、サマ任、もやし、油揚げ |
| 30 | 水 | ごはん、揚げシューマイ、海草サラダ、中華スープ | | ホットケーキ、ココア | 豚挽肉、海草色々、鶏肉、もやし、人参、チンゲン菜 |

※ 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。

4日、7日、11日、22日、25日のおやつはお誕生会特別メニューです。

※ 昼食にはお茶が付きます。

※ 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

ホームページ等でお知らせします。

※ アレルギーのある場合は材料の変更か、除かれます。

(医師の指示による。)

