

# 食事予定献立表

2014年 9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	月	パン、チーズ、ミネストローネ		野菜ジュース、ラスク、果物	ベーコン、人参、玉ねぎ、セリ、パプリカ、マカロニ、チーズ、トマト、パセリ
2	火	ごはん、魚フライ、コールスローサラダ、みそ汁		煎餅、ビスケット、麦茶	白身魚、キャベツ、キュウリ、大根、かぼちゃ、油揚げ、ハム、トマト
3	水	ハヤシライス、アーモンドサラダ		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、人参、玉ねぎ、トマト、グリーンピース、キュウリ、大根、レズン、アーモンドスライス
4	木	あじの照焼丼、けんちん汁		煎餅、かりんとう、麦茶	あじ、焼きのり、豆腐、こんにゃく、人参、ごぼう、大根
5	金	ひやむぎ、さつまいものかきあげ		 お誕生会特別メニュー	小松菜、かまぼこ、小ねぎ、サツマイモ、人参、ちくわ
6	土	ごはん、肉じゃが、具だくさんみそ汁		煎餅、キャンデー、麦茶	豚肉、玉ねぎ、ジャガイモ、人参、しらたき、豆腐、わか、えのき、わかめ
8	月	ジャージャーうどん、スープ		よもぎ白玉だんご、麦茶	豚挽肉、長ねぎ、しいたけ、人参、キュウリ、もやし、わかめ、あんこ、きなこ
9	火	ひじきごはん、煮魚、かぼちゃ甘煮、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	赤魚、かぼちゃ、ひじき、人参、油揚げ、モロヘイヤ、豆腐
10	水	ごはん、厚揚げのそぼろ煮、みそ汁		煎餅、ラムネ、麦茶	厚揚げ、人参、玉ねぎ、鶏挽肉、えのき、ジャガイモ
11	木	カレーライス、トマトサラダ		チューチューアイス、クッキー、麦茶	豚肉、玉ねぎ、人参、ジャガイモ、トマト、キュウリ
12	金	ごはん、チキンオムレツ、中華スープ		えびせん、クッキー、麦茶	牛肉、ピーマン、人参、パプリカ、しいたけ、チゲソース
13	土	スパゲッティ、ポトフ、コンスープ		煎餅、クッキー、麦茶	ハム、ピーマン、パプリカ、玉ねぎ、コンクリーム缶、パセリ
15	月	ロールパン、マカロニグラタン、スープ		フルーツヨーグルト、麦茶	鶏肉、玉ねぎ、ブロッコリー、マカロニ、ベーコン、レタス、人参
16	火	きのこごはん、卵焼き、ウィンナーステーキ、けんちん汁		煎餅、かりんとう、麦茶	鶏肉、しめじ、しいたけ、しいたけ、卵、ウィンナー、大根、ごぼう、人参、こんにゃく、豆腐
17	水	てんぷらうどん		煎餅、ポテト、麦茶	小女子、玉ねぎ、人参、かぼちゃ、小松菜、かまぼこ
18	木	キャロットごはん、ミートグラタン、スープ		煎餅、ビスケット、麦茶	豚挽肉、ピーマン、玉ねぎ、トマト、パンネ、もずく、小ねぎ
19	金	ごはん、鶏肉のトマト煮込み、おひたし、みそ汁		ふかし芋、麦茶	鶏肉、玉ねぎ、さやえんどう、白菜、ふ、油揚げ
20	土	やきそば、中華コンスープ		煎餅、クッキー、麦茶	シーフード、人参、ピーマン、キャベツ、卵、クリームコン缶
22	月	ごはん、かじきのみそマヨネーズ焼、人参甘煮、みそ汁		煎餅、おはぎ、麦茶	かじき、人参、小ねぎ、大根、油揚げ
23	火	三色丼、かきたま汁		煎餅、クッキー、麦茶	鶏挽肉、卵、さくらでんぶ、さやえんどう、ほうれん草
24	水	ごはん、ししゃものいそ揚げ、豚汁		煎餅、クッキー、ココア	ししゃも、青のり、大根、人参、しらたき、豚肉、長ねぎ
25	木	煮込みうどん、かぼちゃのそぼろあんかけ		ホットケーキ、野菜ジュース	鶏肉、かぼちゃ、小ねぎ、ちくわ、小松菜、厚揚げ、人参
26	金	金時ごはん、豆腐ハンバーグ、みそ汁		煎餅、ふ菓子、麦茶	鶏挽肉、もめん豆腐、レンコン、ひじき、さつまいも、わかめ、ふ
27	土	親子丼、すまし汁		煎餅、クッキー、麦茶	鶏肉、玉ねぎ、卵、かまぼこ、小ねぎ
29	月	マーボ豆腐丼、春雨サラダ、スープ		えびせん、フルーツゼリー、麦茶	豚挽肉、豆腐、長ねぎ、春雨、キュウリ、人参、ハム、キャベツ
30	火	ごはん、スープカレー		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、ジャガイモ、人参、玉ねぎ、レンコン、インゲン、パプリカ

※ 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。

5日(金)の午後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

連絡ノートでお知らせします。

※ 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。)



【添付文書】