

食事予定献立表

2014年 3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	土	炊き込みごはん、里芋そぼろあんかけ、なめこ汁		煎餅、ビスケット、ハーブ茶	鶏肉、ごぼう、人参、しめじ、里芋、鶏挽肉、なめこ、豆腐
3	月	ちらし寿司、すまし汁、鶏肉唐揚げ、春野菜サラダ 		ひなあられ、桃のゼリー、金平糖、おビス	鶏肉、ハパン、わかめ、菜の花、スタックントウ、人参、チーズ
4	火	パン、マカロニサラダ、野菜スープ		ラスク、チーズ、ココア	鶏肉、ブロッコリー、玉葱、キャベツ、もやし、人参、チーズ
5	水	煮込みうどん、厚揚げそぼろあんかけ		お魚ソーゼン、クラッカー、ハーブ茶	豚肉、人参、厚揚げ、小松菜、かまぼこ、鶏挽肉、小ねぎ
6	木	ごはん、野菜の肉巻きソテー、みそ汁		煎餅、黒棒、ハーブ茶	豚肉、インゲン、えのき、人参、もやし、わかめ
7	金	ごはん、魚のフライ(キャベツタルト)、みそ汁		バナナ蒸しケーキ、ハーブ茶	鮭、キャベツ、玉葱、なめこ、油揚げ、ほうれん草、
8	土	ごはん、煮魚、きんぴらごぼう、みそ汁		煎餅、クッキー、ハーブ茶	赤魚、ごぼう、人参、レンコン、豆腐、小松菜
10	月	ごはん、豚肉しょうが焼、みそ汁		クッキー、煎餅、ハーブ茶	豚肉、しょうが、ジャガイモ、わかめ
11	火	パン、ウィンナーソテー、ポテトサラダ、コンスープ		えびせん、おやつ昆布、ハーブ茶	ウィンナー、ハム、ジャガイモ、人参、キュウリ、ミニトマト、コンクリーム缶、パセリ
12	水	カレーライス、お豆のサラダ		クラッカー、チーズ、野菜ジュース	豚肉、ジャガイモ、玉葱、人参、ミルクピーンズ、水菜、パプリカ
13	木	ごはん、豆腐ハンバーグ、きのこあんかけ、みそ汁		煎餅、麩菓子、ハーブ茶	鶏挽肉、豆腐、ひじき、人参、しめじ、小松菜、しいたけ、油揚げ、里芋
14	金	ごはん、さわら竜田揚げ、マカロニサラダ、みそ汁		カップケーキ、ココア	さわら、マカロニ、きゅうり、人参、ハム、わかめ、えのき
15	土	ジャージャーうどん、かきたま汁		煎餅、ビスケット、ハーブ茶	長ネギ、玉ネギ、しいたけ、人参、きゅうり、もやし、鶏挽肉、卵
17	月	炊き込みごはん、卵焼き、鶏肉照焼、みそ汁		えびせん、ビスケット、ハーブ茶	鶏肉、卵、しめじ、人参、たけのこ、油揚げ
18	火	ピピソバ、わかめのスープ		豆乳ゼリー、果物、ハーブ茶	牛肉、人参、もやし、卵、ほうれん草、わかめ、長ネギ
19	水	ひじき煮三色ごはん、白菜と鶏つみれのみそペーストスープ		煎餅、ビスケット、ハーブ茶	ひじき、人参、卵、キャベツ、鶏挽肉、白菜、かつお、長ネギ
20	木	のり巻、きのこ汁		おはぎ、煎餅、ハーブ茶	卵、ほうれん草、人参、桜でんぶ、鶏挽肉、しめじ、椎茸、えのき、ごぼう、小豆
21	金	あじの照焼丼、ケンチン汁		煎餅、かりんとう、ハーブ茶	あじ、小松菜、豆腐、こんにゃく、人参、ごぼう、里芋、油揚げ
22	土	やきそば、わかめスープ		煎餅、クッキー、ハーブ茶	豚肉、キャベツ、もやし、ピーマン、人参、わかめ、えのき
24	月	小松菜クリームパスタ、ツナサラダ		煎餅、果物、ココア	小松菜、玉ネギ、しめじ、レタス、水菜、パプリカ、ベーコン、ツナ缶
25	火	パン、シチュー、りんごのサラダ		煎餅、お魚ソーゼン、ハーブ茶	鶏肉、ジャガイモ、人参、玉ネギ、ブロッコリー、レタス、水菜
26	水	リクエストメニュー		リクエストメニュー	—
27	木	ごはん、チンジャオロース、はるさめサラダ、みそ汁		煎餅、クッキー、ハーブ茶	豚肉、卵、パプリカ、ピーマン、なめこ、油揚げ、きゅうり、ハム、人参、春雨、バナナ、りんご
28	金	ハヤシライス、カカリ中華サラダ		煎餅、かりんとう、ハーブ茶	豚肉、玉ネギ、パセリ、トマト、大根、きゅうり
29	土	みそ煮込みうどん、レンコンサラダ		煎餅、ビスケット、ハーブ茶	豚肉、かつお、人参、小松菜、レンコン、水菜、ハム
31	月	ごはん、豆腐チゲ		 たいようさんを送る会メニュー	豚肉、豆腐、コマ、白菜、人参、ニンニク

※ 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。)

