

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、ハルペン
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、シチュー		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	ピザ、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。)

