

# 食事予定献立表

2012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
2	月	雑穀ごはん、スープカレー		煎餅、クッキー、甜茶	豚肉、ジャガイモ、人参、玉葱、レタス、インゲン、パプリカ
3	火	ローリング野菜と挽肉のマネース焼、スープ		煎餅、おやつ昆布、甜茶	豚挽肉、ジャガイモ、ほうれん草、玉葱、えのき、わかめ
4	水	かきあげうどん		ラスク、ビスケット、ココア	大豆、ちくわ、長葱、小松菜、かまぼこ
5	木	ごはん、煮魚、ひじき炒め煮、みそ汁		煎餅、りんご、甜茶	赤魚、ひじき、こんにゃく、ちくわ、大豆、人参、麩、長葱、りんご
6	金	三色丼、けんちん汁		 お誕生会特別メニュー	鶏挽肉、卵、桜でんぶ、ごぼう、こんにゃく、人参、豆腐、小葱、大根
7	土	ごはん、麻婆豆腐、春雨スープ		煎餅、ビスケット、甜茶	挽肉豚、長葱、チンゲン菜、人参、春雨
9	月	チキンカツサンド、コーンスープ		煎餅、ポテト、野菜ジュース	鶏肉、レタス、ジャガイモ、人参、玉葱、ブロッコリー
10	火	まいたけ炊き込みごはん、豆腐ハンバーグ、すまし汁		果物、クラッカー、甜茶	鶏肉、人参、まいたけ、小葱、ハンペン、鶏挽肉、豆腐
11	水	焼そば、葉っぱ巻シューマイ、わかめスープ		ミニピザ、甜茶	豚肉、豚挽肉、サラダ菜、人参、キャベツ、ピーマン、もやし、わかめ、葱
12	木	ごはん、まぐろのケチャップあえ、ミモザサラダ、みそ汁		煎餅、クッキー、甜茶	まぐろ、ジャガイモ、人参、きゅうり、カブ、油揚げ、ハム、卵
13	金	カレーライス、お豆とツナのサラダ		煎餅、小魚昆布、甜茶	豚肉、ジャガイモ、玉葱、人参、ツ缶、お豆色々、水菜
14	土	みそ煮込みうどん		煎餅、ウエハース、甜茶	豚肉、かぼちゃ、ごぼう、人参、長葱、かまぼこ
16	月	春のビビンバ、わかめスープ		抹茶プリン、甜茶	菜の花、人参、たけのこ、カブ、ワラビ、うずら卵、わかめ、葱
17	火	ごはん、魚のフライ、キャベツ(外タタリ)、みそ汁		えびせん、鈴かすら、甜茶	鮭、キャベツ、ハンぺり、豆腐、なめこ
18	水	ひじきごはん、筑前煮、みそ汁		煎餅、クッキー、甜茶	鶏肉、大豆、昆布、人参、ごぼう、ひじき、油あげ、ジャガイモ、わかめ
19	木	ごはん、焼ししゃも、加熱のそぼろあんかけ、みそ汁		白玉だんご、甜茶	ししゃも、加熱、鶏挽肉、ほうれん草、油あげ
20	金	ごはん、チンジャオロース、中華コーンスープ		 お誕生会特別メニュー	ウインナー、ピーマン、人参、パプリカ、たけのこ、コーン缶、卵
21	土	焼肉丼、みそ汁		煎餅、ビスケット、甜茶	豚肉、玉葱、キャベツ、麩
23	月	韓国風のり巻、具だくさんみそ汁		果物、飲むヨーグルト	卵、菜の花、人参、たけのこ、ジャガイモ、小松菜、わかめ、豆腐、長葱
24	火	パン、マカロニサラダ、野菜スープ		お好み焼、甜茶	鶏肉、玉葱、ピーマン、豚肉、レタス、人参、キャベツ、卵
25	水	グリーンピースごはん、わんたんスープ、春雨サラダ、海藻サラダ		煎餅、麩菓子、甜茶	鶏挽肉、ほうれん草、人参、ハム、わかめ、茎わかめ、グリーンピース、ふのり
26	木	煮込みうどん、ちくわとごぼうのキムチ		煎餅、クッキー、甜茶	厚揚げ、人参、かまぼこ、ほうれん草、ちくわ、ごぼう
27	金	ごはん、わかたけ煮、キャベツのサラダ、豚汁		煎餅色々、甜茶	豚肉、人参、大根、しらたき、長葱、たけのこ、わかめ、キャベツ、コーン、トマト
28	土	ハンバーグ、小松菜の焼きのりあえ		煎餅、クッキー、甜茶	豚肉、玉葱、人参、小松菜、焼きのり
30	月	春野菜のカレーライス、ブロッコリーのサラダ		ココア蒸しパン、甜茶	豚肉、アスパラ、セリ、たけのこ、人参、玉葱、ジャガイモ、ブロッコリー、コーン、トマト

※ 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。

※ 昼食には麦茶か甜茶がつきます。

※ 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。)



※ 6日と20日おやつは、お誕生会特別メニューです。