

食事予定献立表

2012年 5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	ロールパン、玉葱とベーコンのオムレツ、スープ、スパゲッティサラダ		果物、お魚ソーゼージ、麦茶	ベーコン、ハム、卵、人参、玉葱、きゅうり、えのき、わかめ、バナナ、りんご
2	水	グリーンピースごはん、ワタシスープ、春雨サラダ、海藻サラダ		煎餅、かりんとう、麦茶	豚挽肉、グリーンピース、海藻色々、ハム、長葱、ほうれん草、人参
3	木	スパゲッティ(トマトソース)、コンスープ		ポップコーン、野菜ジュース	玉葱、ニンニク、トマト、パセリ、コンクリーム缶
4	金	赤飯、こいのぼりハンバーグ、すまし汁		柏餅、あられ、麦茶	鶏挽肉、もめん豆腐、うずら卵、パプリカ、インゲン、わかめ、ハンペン
5	土	カレーライス、ほうれん草のサラダ		手作り鈴かたてら、ジュース	豚肉、ジャガイモ、人参、玉葱、ほうれん草、ベーコン、とうもろこし
7	月	ごはん、魚のムニエル、菜の花のおひたし、みそ汁		煎餅、いわしっこ、麦茶	白身魚、菜の花、もやし、油あげ
8	火	てんぷらうどん		チーズクッキー、ココア	鶏ササミ、アスパラ、人参、ちくわ、小松菜
9	水	ごはん、鶏の照り焼き、ポテトサラダ、みそ汁		煎餅、果物、麦茶	鶏肉、ハム、きゅうり、人参、ジャガイモ、わかめ
10	木	のり巻、春雨スープ		えびせん、クッキー、麦茶	卵、人参、たけのこ、ほうれん草、桜でんぶ、鶏挽肉、白菜、長葱、春雨
11	金	ごはん、ひとくちカツ(キャベツタルトソース)、みそ汁		煎餅、カルビスゼリー、麦茶	豚肉、キャベツ、玉葱、豆腐、わかめ
12	土	やきそば、中華スープ		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、人参、ピーマン、もやし、キャベツ、わかめ
14	月	サンドイッチ、シチュー		煎餅、果物、麦茶	チーズ、卵、ブルーベリージャム、鶏肉、人参、ジャガイモ、玉葱、ブロッコリー
15	火	ごはん、麻婆豆腐、もやしのナムル、みそ汁		煎餅、かりんとう、麦茶	豚挽肉、豆腐、ネー、もやし、ほうれん草、わかめ、えのき
16	水	ごはん、煮魚、小松菜の焼のりあえ、けんちん汁		ビーズ、野菜ジュース	赤魚、小松菜、焼のり、ごぼう、こんにゃく、人参、豆腐、長葱、チーズ、ピーマン、ササ
17	木	カレーうどん、温野菜		かぼちゃアップケーキ、麦茶	豚肉、人参、長葱、ブロッコリー、ジャガイモ、アスパラ、コーン、ホップ
18	金	おにぎり、豚汁		煎餅、トワイフルーツ、麦茶	チーズ、かつお節、ひじき、豚肉、大根、人参、ごぼう、しらたき、豆腐
19	土	ごはん、肉じゃが、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、ジャガイモ、人参、玉葱、しらたき、キャベツ、油揚げ
21	月	レースンロールパン、ミントローネ		果物、飲むヨーグルト	ベーコン、人参、セリ、パプリカ、マカヒ、りんご、バナナ
22	火	ごはん、ササミロール、ブロッコリーの蒸し炒め、みそ汁		煎餅、ビスケット、麦茶	鶏ササミ、インゲン、ブロッコリー、人参、油揚げ、小松菜
23	水	焼うどん、けんちん汁		ソーゼージ蒸しパン、麦茶	豚肉、人参、長葱、ごぼう、こんにゃく、小松菜、かまぼこ
24	木	ひじきごはん、ジャガイモと鶏肉のごまみそ炒め、みそ汁		煎餅、果物、麦茶	鶏肉、ジャガイモ、ひじき、人参、油揚げ、もやし、りんご
25	金	スパゲッティミートソース、コンスープ		ミルクゼリー、ポップコーン、麦茶	豚挽肉、玉葱、パセリ、コンクリーム缶、チーズ
26	土	ごはん、豆腐ハンバーグ、人参のごまびたし、みそ汁		煎餅、ビスケット、麦茶	鶏挽肉、もめん豆腐、人参、なめこ、長葱
28	月	カレーライス、豆腐のサラダ		スティック野菜、チーズ、麦茶	豚肉、ジャガイモ、人参、玉葱、豆腐、レタス、トマト、コーン
29	火	豚丼、浅漬、すまし汁		煎餅、おやつ昆布、麦茶	豚肉、えのき、玉葱、しらたき、チゲン菜、きゅうり、小松菜、かまぼこ
30	水	煮込みうどん、ジャガイモのそぼろ煮		スコーン、ココア	鶏挽肉、ジャガイモ、小葱、人参、小松菜、かまぼこ、鶏肉
31	木	ピビンバ、豆腐の炒め		煎餅、チーズ、麦茶	卵、ほうれん草、人参、たけのこ、もやし、豚肉、豆腐、白菜、ネー

※ 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。)

