

食事予定献立表

2012年 6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	金	ごはん、豚肉の生姜焼、スパゲッティサラダ、みそ汁		煎餅、麩菓子、麦茶	豚肉、レタス、きゅうり、人参、わかめ、麩、ハム
2	土	うどん、大豆入かきあげ		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、しめじ、人参、小松菜、大豆、長ネギ
4	月	パン、チキンカレーうどん、パプリカリゾラダ、スープ		加シメツエハス、おやつ昆布、麦茶	鶏肉、玉葱、ピーマン、キャベツ、きゅうり、ハム、パプリカ、オクラ
5	火	カレーライス、大根サラダ		飲むヨーグルト、バナナ他	豚肉、玉葱、人参、ジャガイモ、大根、きゅうり、ハム、バナナ
6	水	ごはん、野菜のペーコン巻き、はるさめスープ		煎餅、いわしっこ、麦茶	ペーコン、アスパラ、かぼちゃ、パプリカ、じゃがいも、春雨、ほうれん草
7	木	ごはん、豆あじの唐揚げ、海藻とトマトのごま風味サラダ、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	あじ、海藻色々、トマト、レタス、韓国のり、えのき、油揚げ
8	金	ごはん、ウインナー、卵焼き、2色ピーマンのじゃこいため、みそ汁		ミニピザ、野菜ジュース	ウインナー、卵、ピーマン、豆腐、なめこ、チーズ、コーン
9	土	おにぎり、豚汁		煎餅、クッキー、麦茶	鮭、ごま昆布、豚肉、人参、大根、長ネギ、しらたき、ごぼう
11	月	ごはん、煮魚、ひじきの炒り煮、みそ汁		オレンジゼリー、ミルクゼリー、麦茶	たら、大豆、油揚げ、竹輪、人参、ひじき、ジャガイモ、わかめ
12	火	ロールパン、ポテトコロッケ、フレンチサラダ、スープ		煎餅いろいろ、麦茶	豚挽肉、ジャガイモ、玉葱、レタス、きゅうり、コーン、人参
13	水	雑穀ごはん、チンカツ、キャベツ、タルタルソース、みそ汁		煎餅、りんご、麦茶	鶏肉、キャベツ、パセリ、玉葱、油揚げ
14	木	あんかけ焼きそば、わかめのスープ		白玉だんご、麦茶	豚肉、人参、もやし、オクラ、うずら卵、白菜、わかめ
15	金	豚丼、豆腐サラダ、すまし汁		クラッカー、お魚ソーゼージ、麦茶	豚肉、えのき、玉葱、しらたき、チンゲン菜、豆腐、トマト、コーン、レタス
16	土	ごはん、ミートウラン、野菜スープ		煎餅、チーズ、麦茶	豚挽肉、玉葱、パプリカ、ピーマン、レタス、人参、ペーコン
18	月	リンゴシモンゼリー、パン、シチュー		煎餅、かりんとう、麦茶	鶏肉、人参、ジャガイモ、玉葱、ブロッコリー、りんご、シモン
19	火	ごはん、筑前煮、みそ汁		えびせん、おやつ昆布、麦茶	鶏肉、ごぼう、人参、リンゴ、キャベツ、大豆、昆布、麩、小葱
20	水	ごはん、焼ししゃも、ポテトサラダ、みそ汁		蒸しパン、ココア	ハム、ししゃも、ジャガイモ、きゅうり、人参、豆腐、オクラ、卵
21	木	ごはん、ピーマンの肉詰め、中華コンスープ		煎餅、いわしっこ、麦茶	豚挽肉、ピーマン、玉葱、卵、コンクリーム
22	金	お好み焼、めかぶスープ		煎餅いろいろ、麦茶	豚肉、キャベツ、長いも、葉牡丹、かまぼこ、めかぶ
23	土	煮込みうどん、浅漬		鈴かた、煎餅、麦茶	鶏肉、人参、油揚げ、小松菜、竹輪、きゅうり、キャベツ
25	月	カレーライス、ツナと卵のトマトカップサラダ		果物、クラッカー、飲むヨーグルト	豚肉、人参、玉葱、ジャガイモ、ミニトマト、ツナ、卵、パセリ
26	火	ごはん、豆腐ハンバーグきのこソース、みそ汁		煎餅、ポーロ、麦茶	鶏挽肉、もめん豆腐、しめじ、えのき、もやし、麩
27	水	炊き込みごはん、魚のマヨネーズ焼き、具だくさんみそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	鶏肉、しめじ、人参、赤魚、小松菜、豆腐、もやし、油揚げ、長葱
28	木	ごはん、マホ豆豆腐、春雨サラダ、スープ		煎餅、おやつ昆布、麦茶	豚挽肉、ニラ、きゅうり、人参、春雨、ハム、ジャガイモ、玉葱
29	金	ひじき煮三色ごはん、豚汁		ブチアイ、麦茶	鶏挽肉、ひじき、しいたけ、卵、人参、キャベツ、果物
30	土	みそ煮込みうどん、浅漬		煎餅、クッキー、野菜ジュース	豚肉、鯖、厚揚げ、人参、竹輪、小松菜、きゅうり

※ 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。)

