

食事予定献立表

2012年 8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	水	ジャージャーうどん、わかめスープ		煎餅、ビスケット、梅ジュース	豚挽肉、長ネギ、玉ねぎ、しいたけ、ニンニク、人参、きゅうり、もやし、わかめ、えのき
2	木	ごはん、麻婆豆腐、春雨サラダ、みそ汁		ドライフルーツ、飲むヨーグルト	豚挽肉、豆腐、ハム、長ネギ、キャベツ、人参、油揚げ、春雨
3	金	ごはん、魚のフライ、キャベツサラダ、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	シイタケ、キャベツ、玉葱、パセリ、トマト、油揚げ
4	土	三色丼、けんちん汁		煎餅、クッキー、麦茶	鶏挽肉、卵、でんぶ、ごぼう、豆腐、人参、ニンニク、長葱
6	月	ごはん、お魚ハンバーグ、小松菜焼きのりあえ、みそ汁		みかんヨーグルト、麦茶	シイタケ、玉葱、インゲン、小松菜、焼きのり、もやし、麩
7	火	パン、ピーンズ、コロッケ、トマトのサラダ、野菜スープ		煎餅いろいろ、梅ジュース	大豆、ジャガイモ、玉葱、人参、豚挽肉、トマト、ベーコン、トマト
8	水	冷しうどん		いももち、麦茶	鶏ささみ、卵、小松菜、しめじ、人参、ジャガイモ、長葱、焼のり
9	木	夏野菜のカレーライス、コールスローサラダ		煎餅、かりんとう、麦茶	豚肉、ジャガイモ、玉葱、人参、ゴーヤ、スッパ、キャベツ、キュウリ、コン
10	金	ごはん、ムニエル、スパゲッティサラダ、みそ汁		ホットケーキ、野菜ジュース	シイタケ、ハム、キュウリ、人参、豆腐、長葱
11	土	焼きそば、中華コンスープ		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、ピーマン、人参、もやし、キャベツ、卵、コンクリーム缶
13	月	ロバノン、ミートグラタン、スープ		バナナヨーグルト、麦茶	豚挽肉、パプリカ、マッシュルーム、ペンネパスタ、キャベツ、人参、バナナ
14	火	ごはん、チキンカレー、みそ汁		ゆでとうもろこし、麦茶	ウインナー、たけのこ、ピーマン、パプリカ、えのき、水菜、とうもろこし
15	水	そうめん、てんぷら		煎餅、ビスケット、麦茶	ちくわ、インゲン、人参、かまぼこ、卵、小松菜
16	木	ハンバーグ、トマトのサラダ		煎餅、いわしっこ、麦茶	豚肉、人参、玉葱、グリーンピース、トマト、キュウリ、チーズ
17	金	ごはん、肉じゃが、みそ汁		 お誕生会特別メニュー	豚肉、ジャガイモ、人参、玉葱、しらたき、キャベツ、豆腐、わかめ
18	土	おにぎり、豚汁		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、ごぼう、人参、大根、長葱、昆布、鮭
20	月	夏のピザ、わかめスープ		ミックスジュース、フランスパン	牛肉、もやし、人参、オクラ、わかめ、長葱、バナナ、小松菜
21	火	ごはん、煮魚、ひじき炒煮、みそ汁		梅ジュース、スティック野菜、チーズ	赤魚、ひじき、大豆、人参、油揚げ、竹輪、なめこ、豆腐、キュウリ、ミニトマト、チーズ
22	水	雑穀ごはん、豚肉の生姜焼き、みそ汁、浅漬け		煎餅、麩菓子、麦茶	豚肉、きゅうり、かぶ、トマト、油揚げ
23	木	うどん、大豆入りかきあげ		煎餅、ポロ、麦茶	大豆、長葱、人参、水菜、なると、小松菜
24	金	ごはん、タンダーキチン、野菜スープ		手作りアイスキャンディー	鶏肉、玉葱、ニンニク、ヨーグルト、サラダ、トマト、ベーコン、キャベツ、ピーマン、人参、玉葱、パプリカ
25	土	冷し中華		煎餅、カステラ、麦茶	ハム、卵、きゅうり、トマト、コン、かにかま、オクラ
27	月	シーフードカレーライス、ポパイサラダ		ブルーベリーヨーグルト、麦茶	エビ、イカ、アサリ、人参、玉葱、ほうれん草、コン、ベーコン、ブルーベリー
28	火	枝豆じゃごごはん、魚の竜田揚げ、かむかむサラダ、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	赤魚、フリマジンゴ、枝豆、するめ、切干大根、人参、キュウリ、もやし
29	水	キャロットごはん、マカロニグラタン、スープ		するめ、昆布、抹茶オレ	人参、玉葱、鶏肉、マカロニ、チーズ、パセリ、もやし、わかめ
30	木	スパゲッティハンバーグ、コンスープ		煎餅、クッキー、麦茶	ベーコン、玉葱、人参、ピーマン、マッシュルーム、粉チーズ、コンクリーム缶、パセリ
31	金	炊き込みごはん、鶏の唐揚げ、卵焼き、ミニトマト、みそ汁		カップケーキ、カルピス	鶏肉、しめじ、人参、ごぼう、卵、ミニトマト、キャベツ、えのき

※ 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。)



※17日おやつは、お誕生会特別メニューです。お楽しみに。