

食事予定献立表

2012年 12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	土	ごはん、豚肉の生姜焼き、もやしのおしたし、みそ汁		煎餅、ビスケット、麦茶	豚肉、しょうが、もやし、人参、えのき、わかめ、里芋
3	月	うどん、大豆入りかきあげ		果物、干しいも、麦茶	大豆、長葱、レコン、人参、小松菜、かまぼこ、りんご
4	火	あじのかばやき丼、マカロニサラダ、みそ汁		煎餅、人形焼き、麦茶	アジ、ハム、キュウリ、人参、マカロニ、油揚げ、ほうれん草、焼きのり
5	水	おいもごはん、豆腐ハンバーグきのこあんかけ、根菜汁		ラスク、チーズ、ココア	さつまいも、ごぼう、人参、里芋、しめじ、なめこ、鶏挽肉、ひじき、木綿豆腐、レコン
6	木	ごはん、ミートグラタン、鶏つみれのみそパタースープ		煎餅、ビスケット、麦茶	鶏挽肉、キャベツ、白菜、大根、長葱、豚挽肉、ピーマン、玉葱
7	金	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、ハム、豆腐、ネー、もやし、ほうれん草、麩、長葱
8	土	焼うどん、すまし汁		煎餅、果物、麦茶	豚肉、人参、玉葱、小松菜、麩
10	月	ロールパン、シチュー、チーズ		みかん、クッキー、ココア	鶏肉、ジャガイモ、ブロッコリー、人参、玉葱、チーズ
11	火	ピピッパ、わかめスープ		ビスケット、えびせん、麦茶	牛肉、ほうれん草、人参、もやし、わかめ、長葱
12	水	ごはん、魚フライ、みそ汁		煎餅、ビスケット、麦茶	鮭、キャベツ、水菜、なめこ、豆腐
13	木	カレーライス、レコンのみそ味サラダ		煎餅、ポーク、麦茶	豚肉、玉葱、ジャガイモ、人参、レコン、水菜
14	金	ひじきごはん、豚汁		煎餅、かりんとう、麦茶	ひじき、油揚げ、人参、卵、でんぶ、豚肉、大根、しらたき、ごぼう、豆腐、長葱
15	土	焼そば、中華コーンスープ		ビスケット、えびせん、麦茶	豚肉、ピーマン、人参、もやし、キャベツ、卵、コーンクリーム缶
17	月	雑穀ごはん、おでん		ココア蒸しパン、野菜ジュース	卵、昆布、ちくわ、こんにやく、ちくわ麩、ハンバーグ、さつま揚げ、ウインナー
18	火	パン、鮭じゃがグラタンスープ		煎餅、かりんとう、麦茶	生鮭、ジャガイモ、玉葱、ピーマン、レタス、ペーコン、人参
19	水	ごはん、ポークビーンズスープ		りんご、煎餅、麦茶	豚肉、ジャガイモ、玉葱、人参、お豆色々、ピーマン、わかめ
20	木	カレーうどん、ほうれん草とちくわのソテー		煎餅、人形焼、麦茶	豚肉、人参、長葱、ペーコン、ほうれん草、ちくわ
21	金	ハンバーグ、大根サラダ		煎餅、ふかし芋、麦茶	豚肉、玉葱、人参、大根、水菜、ハム
22	土	豚丼、みそ汁		煎餅、クッキー、麦茶	豚肉、わかめ、ジャガイモ、チンゲン菜、えのき、しらたき
24	月	サンドイッチ、シチュー		えびせん、クッキー、麦茶	ハム、卵、ツナ、レタス、キュウリ、ジャガイモ、玉葱、人参、ブロッコリー、豚肉
25	火	スパゲッティ(ポプリタン)、コーンスープ		 クリスマス会特別メニュー	ハム、玉葱、パプリカ、ピーマン、コーンクリーム缶
26	水	ネーとひじきのおやき、豆腐チゲ		煎餅いろいろ、麦茶	豚肉、ひじき、ネー、人参、豆腐、長葱、卵、黒ごま
27	木	ごはん、肉じゃが、きのこ汁		煎餅、いわしっこ、麦茶	豚肉、ジャガイモ、人参、玉葱、しらたき、まいたけ、しめじ、豆腐
28	金	炊き込みごはん、厚焼たまご、温野菜、ウインナーソテー、みそ汁		果物、クッキー、ココア	鶏肉、こんにやく、ごぼう、卵、人参、ブロッコリー、パプリカ、ウインナー、油揚げ、ジャガイモ、わかめ
29	土	雑穀ごはん、和風ホット		煎餅、キャンディー、麦茶	ペーコン、ジャガイモ、人参、大根、こんにやく、小松菜

※ 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。 25日はクリスマス会特別メニューです。お楽しみに。

※ 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。)

