

ひまわりやすにし保育園

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料		体の調子を整える(緑)
				血・肉・骨になる(赤)	働く力のもとになる(黄)	
18	火	豆ごはん	ぶりの照り焼き キャベツとわかめの酢の物 豆腐のすまし汁 ☆牛乳・フルーツポンチ	ぶり わかめ 豆腐・昆布 牛乳	砂糖 砂糖 砂糖	キャベツ・人参・コーン 人参・えのき・みつば バナナ・フルーツ缶
19	水		ひよこ豆とウインナーのカレー フレンチサラダ フルーツ ☆牛乳・プリンアラモード	ひよこ豆・ウインナー・スキムミルク ハム 牛乳	じゃが芋・油・カレールーウ 油・砂糖 いちごプリンの素・生クリーム	人参・玉ねぎ・ほうれん草 人参・キャベツ・きゅうり・コーン 果物 いちご
20	木	ご飯	凍り豆腐のオランダ煮 春雨の酢の物 フルーツ ☆牛乳・黒ゴマラスク	鶏肉・凍り豆腐 ちりめん 牛乳	じゃが芋・砂糖・油・片栗粉 春雨・砂糖 ロールパン・黒ゴマ・マーガリン・砂糖	人参・玉ねぎ・ピーマン 人参・きゅうり・コーン 果物
21	金	パン	ささみフライ スティックきゅうり 野菜スープ ☆牛乳・グレープフルーツゼリー・昆布	ささみ ベーコン 牛乳・昆布	小麦粉・パン粉・油 ゼリーの素	きゅうり 人参・玉ねぎ・もやし・しめじ・ねぎ
22	土	中華麺	中華そば 粉ふき芋 ☆牛乳・お菓子・フルーツ	豚肉・わかめ・蒲鉾 青のり 牛乳	中華麺 じゃが芋・砂糖・油・片栗粉 お菓子	人参・玉ねぎ・コーン・ねぎ 果物
24	月	ご飯	カレー肉じゃが チンゲン菜のおひたし フルーツ ☆牛乳・コーンフレーク・チーズ	豚肉 ちりめん・鰹節 牛乳・チーズ	じゃが芋・油・カレー粉・砂糖 コーンフレーク	人参・玉ねぎ・グリーンピース チンゲン菜・キャベツ・人参 果物
25	火	ご飯	魚のポテトフレーク焼き キャベツの塩昆布和え かき玉汁 ☆フルーツヨーグルト	鮭 塩昆布 鶏卵 ヨーグルト・スキムミルク	マヨネーズ・乾燥マッシュポテト 片栗粉	キャベツ・人参 人参・玉ねぎ・ねぎ フルーツ缶・バナナ
26	水	ご飯	五目炒り豆腐 マカロニサラダ フルーツ ☆牛乳・フルーチェ・お菓子	牛ひき・豆腐・鶏卵・ちくわ 牛乳	油・砂糖 マカロニ・マヨネーズ お菓子・フルーチェ	人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン 人参・キャベツ・きゅうり・コーン 果物
27	木	ご飯	ポークビーンズ ひじきサラダ フルーツ ☆牛乳・揚げパン(ココア)	豚肉・水煮大豆 ひじき・ハム・ちりめん 牛乳	じゃが芋・油・砂糖 油・砂糖・ごま コッペパン・油・ミルクココア	人参・玉ねぎ・ピーマン 小松菜・人参 果物
28	金	ご飯	かき揚げ いんげんのごま和え 厚揚げのみそ汁 ☆牛乳・オートミールクッキー	えび 厚揚げ・煮干し・みそ 牛乳・鶏卵	じゃが芋・小麦粉・油 ごま・砂糖 バター・小麦粉・砂糖・オートミール	人参・玉ねぎ・ごぼう・みつば いんげん・人参 人参・玉ねぎ・ねぎ
29	土	パスタ	スパゲティイタリアン ワカメスープ ☆牛乳・お菓子・フルーツ	ベーコン・ウインナー・鶏卵・粉チーズ わかめ 牛乳	スパゲティ・油 ごま お菓子	人参・玉ねぎ・トマト缶・ピーマン・しめじ 人参・玉ねぎ・ねぎ 果物
31日	月	ご飯	八宝菜 パンサンスー フルーツ ☆牛乳・きな粉ドーナツ	豚肉・えび・うずら卵 錦糸卵・蒲鉾 牛乳・鶏卵・きな粉・スキムミルク	油・砂糖・片栗粉 春雨・ごま・ごま油・砂糖 ホットケーキミックス・油・砂糖	人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・コーン・きくらげ 人参・玉ねぎ・きゅうり 果物