

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) | | |
| 16 | 火 | ご飯 | 凍り豆腐の卵とじ スパゲティーサラダ フルーツ ☆牛乳・チーズハットク | 凍り豆腐 鶏卵 ツナ缶 魚肉ソーセージ チーズ | 砂糖 油 スパゲティ マヨネーズ ホットケーキミックス パン粉 | 人参 玉葱 ニラ きゅうり キャベツ 人参 コーン 果物 | |
| 17 | 水 | ご飯 | 麻婆白菜 ハンサンスー フルーツ ☆牛乳・ココアプリン・いりこ | 豆腐 合いびき肉 ちくわ みそ 鶏卵 蒲鉾 牛乳 いりこ | ごま 片栗粉 油 砂糖 春雨 ごま油 ごま油 砂糖 ココアプリンの素 | 人参 白菜 玉葱 葱 人参 きゅうり 玉葱 果物 | |
| 18 | 木 | ご飯 | 肉じゃが ほうれん草のごま和え フルーツ ☆牛乳・揚げパン(シュガー) | 牛肉 ちりめん 牛乳 | じゃがいも 糸蒟蒻 油 砂糖 ごま 砂糖 ロールパン 油 砂糖 | 人参 玉葱 グリンピース ほうれん草 人参 キャベツ 果物 | |
| 19 | 金 | ご飯 | 白身魚のもみじ揚げ 大根なます 厚揚げのみそ汁 ☆牛乳・さつまいもあん団子 | 白身魚 ちりめん わかめ 厚揚げ 煮干し みそ わかめ 牛乳 豆乳 | 油 小麦粉 ごま 砂糖 さつまいも 砂糖 | 人参 大根 人参 人参 玉葱 | |
| 20 | 土 | | お 弁 当 の 日 | | | | |
| 22 | 月 | ご飯 | ☆牛乳・お菓子 豚肉の生姜焼き 春雨のごま酢和え フルーツ ☆フルーツヨーグルト | 牛乳 豚肉 ちりめん ヨーグルト スキムミルク | お菓子 砂糖 油 春雨 ごま 砂糖 | 人参 玉葱 ピーマン キャベツ 生姜 人参 大根 ほうれん草 もやし 果物 フルーツ缶 | |
| 23 | 火 | | 勤 労 感 謝 の 日 | | | | |
| 24 | 水 | パン | ビーフシチュー チンゲン菜のおひたし フルーツ ☆牛乳・グラノーラクッキー | 牛肉 かつお節 ちりめん 牛乳 鶏卵 | じゃがいも ビーフシチューの素 油 マーガリン 小麦粉 砂糖 | 人参 玉葱 しめじ グリンピース 人参 チンゲン菜 キャベツ 果物 | |
| 25 | 木 | ご飯 | さばのケチャップ和え ブロッコリー ジュリアンスープ ☆牛乳・あんバタートースト | さば ウインナー 牛乳 あずき | 油 片栗粉 砂糖 春雨 食パン マーガリン 砂糖 | ブロッコリー 人参 大根 えのき 玉葱 セロリ | |
| 26 | 金 | ご飯 | 筑前煮 じゃこサラダ フルーツ ☆牛乳・おふラスク | 鶏肉 うずら卵 昆布 ちりめん 牛乳 | じゃがいも 板蒟蒻 油 砂糖 油 砂糖 ふ 砂糖 マーガリン | 人参 ごぼう 竹の子 いんげん 干し椎茸 白菜 コーン 果物 | |
| 27 | 土 | 中華麺 | ちゃんぽんめん にんじんシリシリ ☆牛乳・お菓子・フルーツ | 豚肉 蒲鉾 えび 鶏卵 ツナ缶 牛乳 | 中華麺 油 片栗粉 油 お菓子 | 人参 玉葱 キャベツ 葱 人参 果物 | |
| 29 | 月 | ご飯 | さけの塩焼き 切干大根の煮物 さつまい ☆牛乳・ツナパン | さけ 油揚げ 蒲鉾 みそ 豚肉 豆腐 油揚げ 牛乳 ツナ缶 鶏卵 | 砂糖 さつまいも ホットケーキミックス マヨネーズ | 切干大根 人参 いんげん 干し椎茸 人参 大根 ごぼう 葱 玉葱 パセリ | |
| 30 | 火 | パン | まり揚げ コーンソテー キャベツのスープ ☆ひじきおむすび | 豆腐 鶏ひき肉 ひじき ベーコン わかめ ひじき | パン粉 片栗粉 砂糖 油 油 精白米 | 葱 生姜 コーン いんげん キャベツ 人参 葱 | |

※5日…みそ作り(ひまわり組)