

ひまわりやすにしこども園

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料		
				血・肉・骨になる(赤)	働く力のもとになる(黄)	体の調子を整える(緑)
15	金	ご飯	麻婆豆腐 和風サラダ フルーツ ☆牛乳・コーンフレーク・鉄分チーズ	豆腐・合いびき肉・ちくわ・みそ 蒲鉾・わかめ 牛乳・鉄分チーズ	ごま・片栗粉・砂糖・油 春雨・砂糖・油 コーンフレーク	人参・玉ねぎ・葱・えのき きゅうり 果物
16	土	うどん	煮込みうどん さつま揚げと人参のきんぴら ☆牛乳・お菓子・フルーツ	鶏肉・蒲鉾・鶏卵 さつま揚げ 牛乳	うどん ごま・油 お菓子	玉ねぎ・人参・ほうれん草 人参 果物
18	月	ご飯	チキンチャップ まめ豆サラダ フルーツ ☆牛乳・チーズ蒸しパン	鶏肉 ハム・水煮大豆 牛乳・チーズ	油・砂糖 マヨネーズ 蒸しパンミックス	人参・玉ねぎ・ピーマン 人参・キャベツ・コーン 果物
19	火	ご飯	さわらの照り焼き いんげんのごま和え 若竹汁 ☆牛乳・フルーツポンチ	さわら 豆腐・わかめ 牛乳	砂糖 ごま・砂糖 砂糖	いんげん・人参 竹の子・人参・葱 フルーツ缶
20	水	ご飯	生揚げのそぼろ煮 ひじきサラダ フルーツ ☆牛乳・お好み焼き	牛ひき肉・生揚げ ハム・ちりめん・ひじき ハム・鶏卵・青のり	じゃが芋・砂糖 油・砂糖・ごま お好み粉・お好みソース	人参・玉ねぎ・いんげん・生姜 人参・小松菜 果物 キャベツ・コーン・葱
21	木	ご飯	回鍋肉 切干大根のごまネーズ フルーツ ☆牛乳・きな粉サンド	豚肉・赤みそ ハム 牛乳・きな粉	砂糖・ごま油 マヨネーズ・砂糖・ごま 食パン・マーガリン・砂糖	人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・竹の子・生姜 切干大根・小松菜 果物
22	金	ご飯	アスパラと鶏肉のカレー フレンチサラダ フルーツ ☆牛乳・お誕生日ケーキ	鶏肉・スキムミルク ハム 牛乳・鶏卵	じゃが芋・油・カレールー 油・砂糖 小麦粉・バター・グラニュー糖・生クリーム	人参・玉ねぎ・アスパラ 人参・キャベツ・コーン・きゅうり 果物 フルーツ缶
23	土	ビーフン	汁ビーフン 粉ふき芋 ☆牛乳・お菓子・フルーツ	豚肉・蒲鉾 青のり 牛乳	ビーフン・片栗粉・油 じゃが芋 お菓子	人参・玉ねぎ・葱・キャベツ 果物
25	月	ご飯	肉じゃが 小松菜のおひたし フルーツ ☆牛乳・いちごプリン・昆布	牛肉 かつお節 牛乳・昆布	じゃが芋・糸蒟蒻・油・砂糖 いちごプリンの素	人参・玉ねぎ・グリーンピース 人参・小松菜・キャベツ 果物
26	火	ご飯	五目炒り豆腐 スパゲティサラダ フルーツ ☆牛乳・ゆでそら豆・お菓子	豆腐・牛ひき肉・鶏卵・ちくわ シーチキン 牛乳	油・砂糖 スパゲティ・マヨネーズ お菓子	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 そら豆
27	水	ご飯	生揚げのごまみそあんかけ じゃが芋のみそ汁 フルーツ ☆牛乳・ドーナツ	生揚げ・鶏ひき肉・みそ みそ・煮干し 牛乳・鶏卵・スキムミルク	ごま・砂糖 じゃが芋 ホットケーキミックス・油・粉砂糖	干し椎茸・いんげん 人参・玉ねぎ・葱 果物
28	木	パン	畑のハンバーグ ミニトマト 野菜スープ ☆柏餅	合いびき肉・水煮大豆・ひじき ベーコン こしあん	片栗粉 白玉粉・上新粉・砂糖	玉ねぎ ミニトマト 玉ねぎ・人参・葱・もやし・しめじ
30	土	うどん	カレーうどん きゅうりの酢の物 ☆牛乳・お菓子・フルーツ	牛肉 わかめ・ちりめん 牛乳	うどん・カレールー・油 砂糖 お菓子	人参・玉ねぎ・葱 きゅうり 果物