

ひまわりやすにしこども園

日曜	主食 (乳児)	献立	材 料 名		
			熱と力になるもの(黄)	血や肉や骨になるもの(赤)	体の調子を整えるもの(緑)
16 (金)	ご飯	チキンカレー トマトサラダ 果物 ☆牛乳・お誕生日ケーキ	メークイン、油 油	鶏もも肉、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう トマト、きゅうり 果物
17 (土)	ビーフン	炒めビーフン 人参シリシリ ☆牛乳・果物・お菓子	小麦粉、砂糖、無塩バター ビーフン、油、砂糖 油	牛乳、卵 豚肉、ちくわ 卵、ツナフレーク	もも缶、レモン果汁 たまねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン、トウモロコシ、干しいたけ にんじん 果物
19 (月)	ご飯	あじの南蛮漬け かぼちゃのみそ汁 果物 ☆牛乳・マカロニの安倍川	小麦粉、揚げ油	アジ みそ、煮干し、油揚げ	たまねぎ、にんじん、きゅうり かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ 果物
20 (火)	ご飯	凍り豆腐の炒め煮 スパゲティサラダ 果物 ☆牛乳・黒ごまかりんとう	マカロニ、砂糖 砂糖、片栗粉、油 スパゲティ、マヨネーズ	牛乳、きな粉 えび、凍り豆腐 ツナフレーク	にんじん、グリーンピース、刻みこんぶ、干しいたけ キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン 果物
21 (水)	ご飯	チキンチャップ 小松菜のごま和え 果物 ☆牛乳・フルーチェ(メロン)・お菓子	小麦粉、黒ごま、砂糖、ごま油 油、砂糖 すりごま、砂糖	牛乳、調製豆乳 鶏もも肉 ちりめん	たまねぎ、にんじん、ピーマン こまつな、キャベツ、にんじん 果物 メロン
22 (木)	ご飯	肉野菜炒め ひじきサラダ 果物 ☆牛乳・揚げパン(シュガー)	油、片栗粉 いりごま、油	鶏もも肉、いか ロースハム、ちりめん	たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、コーン こまつな、にんじん、ひじき 果物
23 (金)	ご飯	肉豆腐 青梗菜のおひたし 果物 ☆牛乳・あじさいゼリー	味パン、揚げ油、砂糖 砂糖、油	牛乳 焼き豆腐、木綿豆腐、牛肉 ちりめん、かつお節	たまねぎ、にんじん、葉ねぎ チンゲンサイ、キャベツ、にんじん 果物 かんてん
24 (土)	中華麺	焼きそば わかめスープ ☆牛乳・果物・お菓子	中華麺、油 いりごま お菓子	牛乳 豚肉、あおのり わかめ 牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン たまねぎ、にんじん、葉ねぎ 果物
26 (月)	ご飯	豚肉のみそ炒め ほうれん草の白和え 果物 ☆牛乳・焼きとうもろこし	砂糖、油 糸蒟蒻、すりごま、砂糖	豚肉、みそ 木綿豆腐、みそ 牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン ほうれんそう、にんじん 果物 とうもろこし
27 (火)	ご飯	鶏肉の照り煮 春雨サラダ 果物 ☆牛乳・豆乳くずもち	砂糖 マヨネーズ、春雨	鶏もも肉 ロースハム 牛乳、調製豆乳、きな粉	たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、いんげん きゅうり、にんじん、コーン 果物
28 (水)	パン	さけのムニエル コーンソテー ジュリアンスープ ☆牛乳・ポテスティック	小麦粉、マーガリン 油 春雨 メークイン、片栗粉、小麦粉、マーガリン	さけ ウインナー 牛乳、粉チーズ	レモン コーン、いんげん たまねぎ、だいこん、にんじん、えのきたけ、セロリ、トウモロコシ にんじん、あおのり
29 (木)	ご飯	カレー肉じゃが 切干大根の甘酢和え 果物 ☆牛乳・フレンチトースト	メークイン、砂糖、油 いりごま 食パン、マーガリン、砂糖	豚肉 ロースハム 牛乳、卵	たまねぎ、にんじん、グリーンピース こまつな、切り干しだいこん、にんじん 果物
30 (金)	ご飯	冷やししゃぶしゃぶ マカロニスープ 果物 ☆鉄分ヨーグルト・いりこ	マカロニ	豚肉、卵 鉄分ヨーグルト、いりこ	トマト、たまねぎ、きゅうり たまねぎ、にんじん、こまつな、セロリ 果物

3日・10日・16日・17日・24日は園で主食を提供のため、幼児もご飯はいりません。