

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)
15 (金)	ご飯	あじのマリネ マカロニスープ 果物  ☆牛乳・フルーツ盛り合わせ	揚げ油、小麦粉、油 マカロニ	アジ	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  果物
16 (土)	パスタ	スパゲッティイタリアン コンソメスープ  ☆牛乳・お菓子・果物	スパゲティ、油 メーカーン  お菓子	卵、ウインナー、ベーコン、粉チーズ  牛乳	たまねぎ、にんじん、ホールトマト缶詰、しめじ、ピーマン たまねぎ、にんじん  果物
19 (火)	ご飯	さんまのかば焼き ブロッコリー かぼちゃのみそ汁  ☆牛乳・青のりポテト	揚げ油、小麦粉、砂糖、片栗粉  フレンチポテト、揚げ油	さんま みそ、煮干し、油揚げ  あおのり	ブロッコリー かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ
20 (水)	ご飯	まり揚げ スティックきゅうり すまし汁  ☆牛乳・マシュマロクリスピー	揚げ油、パン粉、砂糖、片栗粉  コーンフレーク、マーガリン	木綿豆腐、鶏ひき肉  牛乳	葉ねぎ、しょうが、ひじき きゅうり にんじん、えのきたけ、みつば、こんぶ
21 (木)	ご飯	麻婆豆腐 ハンサンスー 果物  ☆牛乳・ツナサンド	いりごま、油、砂糖、片栗粉 緑豆春雨、油、ごま、ごま油  食パン、マヨネーズ	木綿豆腐、合いびき肉、みそ、ちくわ 錦糸卵、かまぼこ  牛乳、ツナ	たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、えのきたけ きゅうり、にんじん、たまねぎ 果物  コーン
22 (金)	パン	クリームシチュー キャベツとコーンのサラダ 果物  ☆鉄分ヨーグルト	メーカーン、油 油	豚肉、牛乳、粉チーズ、スキムミルク ロースハム  鉄分ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、グリーンピース キャベツ、コーン(果物)
25 (月)	ご飯	ホークチャップ 切干大根の甘酢和え 果物  ☆牛乳・杏仁豆腐	油、砂糖 いりごま  砂糖	豚肉 ロースハム  牛乳	たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン こまつな、切り干しだいこん、にんじん 果物  もも缶、みかん缶、かんてん
26 (火)	ご飯	牛肉の甘辛煮 そうめん汁 果物  ☆牛乳・マカロニの安倍川	砂糖 さといも、そうめん  マカロニ、砂糖	牛肉 みそ、ちくわ  牛乳、きな粉	かぼちゃ、しめじ、にんじん、いんげん、しょうが にんじん、ごぼう、オクラ 果物
27 (水)	パン	千草焼き ミニトマト 野菜スープ  ☆牛乳・クラッカーサンド(チーズ)	油、砂糖	卵、牛ひき肉  ベーコン  チーズ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、干しいたけ ミニトマト たまねぎ、しめじ、緑豆もやし、にんじん、葉ねぎ  いちごジャム
28 (木)	ご飯	ぶりの照り焼き いんげんのごま和え 月見汁  ☆牛乳・お月見団子	砂糖 すりごま、砂糖 さといも  白玉粉、砂糖	ぶり  みそ、煮干し  木綿豆腐、きな粉	いんげん、にんじん にんじん、たまねぎ、葉ねぎ
29 (金)	ご飯	大豆の五目煮 青菜と春雨のソテー 果物  ☆牛乳・フルーチェ(もも)・お菓子	板こんにゃく、油、砂糖 緑豆春雨、油、ごま油	さつま揚げ、水煮大豆、鶏もも肉 ロースハム  牛乳	たまねぎ、にんじん、ごぼう、いんげん、刻みこんぶ、干しいたけ こまつな、きくらげ 果物  もも缶
30 (土)	中華麺	中華そば 里芋の煮っ転がし  ☆牛乳・お菓子・果物	中華麺 さといも、砂糖  お菓子	豚肉、かまぼこ  牛乳	たまねぎ、にんじん、コーン、わかめ  果物



2日・9日・13日・16日・30日は園で主食を提供のため、幼児もご飯はいりません。