

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)	パン	豆腐ハンバーグ キャベツの塩昆布和え かきたま汁 ☆鮭おむすび	片栗粉 片栗粉 米	鶏ひき肉、木綿豆腐、ひじき 塩こんぶ 卵 鮭フレーク	たまねぎ、干しいたけ、しょうが キャベツ、にんじん たまねぎ、にんじん、葉ねぎ
16 (土)		 ☆牛乳・お菓子	お弁当の日		
18 (月)	ご飯	肉野菜炒め 切干大根のごまネーズ 果物 ☆牛乳・コンソメポテト	油、片栗粉 マヨネーズ、すりごま、砂糖 フレンチポテト、揚げ油	鶏もも肉、いか ロースハム 牛乳	たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、コーン こまつな、切り干しだいこん 果物
19 (火)	ご飯	さわらの照り焼き ひじきの炒め煮 豆腐のみそ汁 ☆牛乳・豆乳くずもち	砂糖 砂糖、油 砂糖、片栗粉	さわら 木綿豆腐、かまぼこ、油揚げ、ひじき 木綿豆腐、みそ、煮干し、わかめ 牛乳、調製豆乳、きな粉	にんじん、ピーマン たまねぎ、にんじん、葉ねぎ
21 (木)	ご飯	生揚げのそぼろ煮 春雨の酢の物 果物 ☆牛乳・カレーパン	メークイン、砂糖 春雨 ロールパン、油	厚揚げ、牛ひき肉 ちりめん 牛乳、合いびき肉	たまねぎ、にんじん、いんげん、しょうが きゅうり、にんじん、コーン 果物
22 (金)	パン	クリームシチュー キャベツとレーズンのサラダ 果物 ☆牛乳・プリン・昆布	メークイン、油 油 プリン ^{の素}	豚肉、牛乳、粉チーズ、スキムミルク 牛乳、昆布	たまねぎ、にんじん、グリーンピース キャベツ、きゅうり、にんじん、レーズン 果物
23 (土)	中華麺	みそラーメン さつま揚げと人参のきんぴら ☆牛乳・お菓子・果物	中華麺 油、ごま お菓子	豚肉、みそ、かまぼこ、わかめ さつま揚げスライス 牛乳	もやし、たまねぎ、にんじん、コーン、葉ねぎ にんじん 果物
25 (月)	ご飯	ポークチャップ じゃこサラダ 果物 ☆牛乳・お麩ラスク	油、砂糖 油 マーガリン、おつゆふ、砂糖	豚肉 ちりめん 牛乳	たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン はくさい、コーン 果物
26 (火)	ご飯	からあげ ポテトサラダ コーンスープ ☆きなこぼたもち	小麦粉、片栗粉、揚げ油、砂糖 メークイン、マヨネーズ もち米、米、砂糖	鶏もも肉 牛乳、スキムミルク きな粉	しょうが にんじん、きゅうり、コーン コーン
27 (水)	ご飯	肉豆腐 ほうれん草のごま和え 果物 ☆牛乳・小魚焼き	砂糖、油 すりごま、砂糖 お好み焼き粉	焼き豆腐、木綿豆腐、牛肉 牛乳、卵、ちりめん、あおのり	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、葉ねぎ ほうれんそう、キャベツ、にんじん 果物 キャベツ
28 (木)	ご飯	オムレツ カリフラワーの甘酢和え ジュリアンスープ 牛乳・メロンパントースト	油 緑豆春雨 食パン、マーガリン、砂糖、小麦粉	卵、鶏ひき肉 ウインナー 牛乳	にんじん、たまねぎ、ピーマン カリフラワー、にんじん、コーン 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
29 (金)	ご飯	さばの煮つけ 小松菜 豚汁 ☆フルーツヨーグルト	砂糖、片栗粉 さといも、板こんにゃく	さば 豚肉、みそ ヨーグルト、スキムミルク	しょうが こまつな だいこん、にんじん、ごぼう、葉ねぎ もも缶、パン缶
30 (土)	うどん	カレーうどん 納豆和え ☆牛乳・お菓子・果物	干しうどん、油、ゆでうどん お菓子	牛肉 ツナフレーク、挽きわり納豆 牛乳	たまねぎ、にんじん、葉ねぎ はくさい、ほうれんそう、もやし、にんじん、焼きのり 果物



1日・2日・5日・9日・23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。

赤色はゆり組さんのリクエストメニューです！