

ひまわりやすにしこども園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
17	火	ご飯 鶏肉の照り煮 青菜と春雨のソテー 果物	牛乳 ポテトグラタン	米、メークイン、小麦粉、マーガリン、春雨、砂糖、油、ごま油	牛乳、鶏肉、ロースハム、チーズ、ベーコン、きくらげ	たまねぎ、こまつな、にんじん、ねぎ、いんげん
18	水	ご飯 肉じゃが 春雨の酢の物 果物	牛乳 ドーナツ(豆腐)	米、メークイン、ホットケーキミックス、糸蒟蒻、春雨、砂糖、揚げ油、油	牛乳、豆腐、牛肉、ちりめん	たまねぎ、にんじん、きゅうり、コーン、グリーンピース
19	木	ご飯 ぶりの照り焼き キャベツのしそひじき和え 生揚げのみそ汁	牛乳 ピザトースト	米、食パン、砂糖	牛乳、ぶり、絹厚揚げ、チーズ、みそ、しそひじき、ベーコン、煮干し、わかめ、ぶり	キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン、ピーマン
20	金	パン クリスピーチキン コーンソテー 中華スープ	牛乳 マカロニの安倍川	マカロニ、コーンフレーク、砂糖、マヨネーズ、片栗粉、油、ロールパン	牛乳、鶏ささみ、豆腐、ベーコン、きな粉、きくらげ	コーン、レタス、いんげん、ねぎ、しょうが
21	土	スパゲティイタリアン コンソメスープ	牛乳 果物 お菓子	スパゲティ、メークイン、油	牛乳、卵、ウインナー、ベーコン、チーズ	たまねぎ、にんじん、ホールトマト、ピーマン、しめじ
24	火	ご飯 わかさぎの天ぷら 大根なます 味噌けんちん汁	鉄分ヨーグルト いりこ	米、さといも、こんにゃく、小麦粉、揚げ油、いりごま、油	鉄分ヨーグルト、わかさぎ、豆腐、みそ、ちりめん、かえりいりこ、わかめ、あおのり	だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、しいたけ
25	水	ご飯 ハンバーグ(きのこソース) 粉ふき芋 ほうれん草のポタージュ	牛乳 うどんかりんとう(コンソメ)	米、メークイン、うどん、パン粉、揚げ油	牛乳、鶏ひき肉、豆乳、スキムミルク、あおのり	たまねぎ、ほうれん草、しめじ、エリンギ
26	木	ご飯 麻婆白菜 山吹和え 果物	牛乳 黒ごまラスク	米、味パン、春雨、砂糖、マーガリン、いりごま、片栗粉、すりごま(黒)、油	牛乳、豆腐、合いびき肉、錦糸卵、みそ、ちくわ	はくさい、キャベツ、にんじん、ほうれん草、たまねぎ、ねぎ
27	金	ご飯 ひよこ豆とウインナーのカレー りっちゃんのサラダ 果物	牛乳 シフォンケーキ	米、メークイン、砂糖、油、コーンスターチ、小麦粉	牛乳、卵、ひよこ豆、ウインナー、ロースハム、ホイップクリーム、スキムミルク、塩こんぶ、かつお節	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、ほうれん草、コーン、ミニトマト、いちご
28	土	かやくうどん 里芋の煮っ転がし	牛乳 果物 お菓子	うどん、さといも、砂糖、うどん	牛乳、卵、牛肉、かまぼこ、油揚げ、わかめ	たまねぎ、にんじん、ねぎ



7日・21日・27日・28日は園で主食を提供のため、幼児もご飯はいりません。

※ 4日・・・クラッカーサンド作り(幼児組) 12日・・・ココアクリームサンド作り(幼児組)

10日・・・ちまき風おむすび作り(幼児組)