

平成24年2月献立表

山の手保育園

		3歳未満児		全 員 共 通					
日	曜	はし スプーン	午前のおやつ 主食	主菜献立名	主菜材料名	副菜献立名	副菜材料名	おやつ	おやつ材料名
1	水		牛乳	<b>肉じゃが</b>	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 厚揚げ ごぼう いんげん 油 砂糖 醤油	<b>白菜のごま酢和え</b>	白菜 人参 レタス ちくわ ごま 砂糖 醤油 酢	<b>キャラットケーキ 牛乳</b>	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 豆乳 人参 バター 砂糖
2	木		牛乳	<b>鯖の味噌煮</b>	鯖 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒 人参 煮干	<b>野菜ソテー すまし汁</b>	ベーコン キャベツ 人参 生椎茸 ピーマン 玉葱 油 醤油 コンソメ 豆腐 わかめ えのき 葱 薄口醤油 出し昆布 かつお節	<b>餃子の皮の包み揚げ 牛乳</b>	餃子の皮 バナナ チーズ 油
3	金		牛乳	<b>おにライスカレー</b>	米 ハム 玉葱 人参 塩こしょう ケチャップ コンソメ 油 卵 牛乳 グリンピース とんがりコーン 豚挽肉 大豆 玉葱 人参 ピーマン じゃが芋 カレールー スキムミルク	<b>ささみのサラダ</b>	ささみ 胡瓜 人参 キャベツ マヨネーズ 醤油 ごま	<b>豆菓子・おにまんじゅう 牛乳</b>	さつま芋 薄力粉 B・P 塩 砂糖 スキムミルク 豆乳
4	土		菓子 牛乳	<b>ちゃんぽん</b>	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし かまぼこ 葱 中華麺 醤油 煮干	<b>南瓜煮</b>	南瓜 砂糖 醤油 煮干	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
6	月		ヨーグルト	<b>鶏肉とかぶの煮物</b>	鶏肉 かぶ 人参 厚揚げ 生椎茸 こんにゃく いんげん 砂糖 醤油 みりん 煮干	<b>春雨の酢の物</b>	春雨 ハム キャベツ 人参 胡瓜 砂糖 酢 醤油	<b>★パン粉クッキー 牛乳</b>	パン粉 小麦粉 B・P スキムミルク バター 砂糖 卵 レーズン
7	火		ちりめん 牛乳	<b>ポークビーンズ</b>	豚肉 大豆 玉葱 人参 じゃが芋 ピーマン マカロニ ケチャップ 醤油 コンソメ	<b>三色和え</b>	ほうれん草 人参 もやし 砂糖 醤油	<b>五平もち 麦茶</b>	米 味噌 砂糖 醤油 油 ごま
8	水		牛乳	<b>冬野菜シチュー</b>	鶏肉 玉葱 人参 かぶ じゃが芋 しめじ ほうれん草 シチュールー スキムミルク	<b>ドレッシング和え</b>	レタス ハム 胡瓜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 油	<b>ピザトースト 牛乳</b>	食パン ツナ缶 玉葱 ピーマン 油 ピザソース チーズ パセリ
9	木		菓子 牛乳	<b>麻婆豆腐</b>	豚挽肉 豆腐 玉葱 人参 生椎茸 葱 ニンニク 生姜 砂糖 味噌 醤油 片栗粉	<b>★金平れんこん</b>	れんこん 人参 糸こんにゃく いんげん ごま油 砂糖 醤油 ごま	<b>メープルポテト 牛乳</b>	さつま芋 油 メープルシロップ 黒ごま
10	金		菓子 牛乳	<b>魚の甘酢あんかけ</b>	さば 塩こしょう 片栗粉 玉葱 人参 ピーマン 干し椎茸 筍 油 砂糖 醤油 酢	<b>大根サラダ</b>	大根 胡瓜 人参 ハム マヨネーズ スキムミルク	<b>★いりこ大豆 牛乳</b>	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
13	月		ヨーグルト	<b>ポークピカタ</b>	豚ヒレ肉 塩こしょう 卵 パセリ 小麦粉 ブロッコリー	<b>★わかめソテー コンソメスープ</b>	わかめ ちりめん 人参 キャベツ しめじ 油 醤油 玉葱 人参 白菜 葱 コンソメ 醤油	<b>ポパイ蒸しパン 牛乳</b>	蒸しパンミックス スキムミルク ほうれん草 チーズ 牛乳
14	火		牛乳	<b>牛肉の柳川風</b>	牛肉 卵 玉葱 人参 ごぼう しめじ 糸こんにゃく 葱 砂糖 醤油 酒 煮干	<b>小松菜のナムル</b>	小松菜 人参 もやし 砂糖 酢 醤油 ごま油	<b>★パリンパリンせんべい 牛乳</b>	小麦粉 砂糖 白ごま 黒ごま ちりめん 桜えび 油
15	水		菓子 牛乳	<b>鮭のフライ タルタルソース</b>	さけ 塩こしょう 小麦粉 卵 パン粉 油 卵 玉葱 パセリ マヨネーズ スキムミルク 酢 砂糖	<b>キャベツとウインナー のソテー</b>	ウインナー キャベツ エリンギ 人参 油 コンソメ 塩こしょう	<b>かぼちゃのチーズケーキ 牛乳</b>	南瓜 クリームチーズ 生クリーム 砂糖 プレーンヨーグルト 小麦粉 卵 レモン汁
16	木		菓子 牛乳	<b>豚肉と豆腐の炒め物</b>	豚肉 豆腐 もやし 玉葱 人参 エリンギ 卵 葱 ごま油 醤油 塩こしょう	<b>レバー煮</b>	鶏レバー 生姜 ニラ 人参 糸こんにゃく 砂糖 醤油	<b>里芋ごはん 麦茶</b>	米 里芋 人参 油揚げ 干し椎茸 砂糖 醤油 塩
17	金		菓子 牛乳	<b>★根菜カレー</b>	鶏肉 人参 玉葱 れんこん ごぼう じゃが芋 バター カレールー スキムミルク	<b>★切干大根サラダ</b>	切干大根 ツナ缶 人参 キャベツ 胡瓜 マヨネーズ ごま 削り節	<b>スイートポテトパイ 牛乳</b>	さつま芋 バター 砂糖 生クリーム パイシート 卵
18	土		菓子 牛乳	<b>豚汁</b>	豚肉 玉葱 人参 里芋 ごぼう 豆腐 干し椎茸 葱 味噌 煮干	<b>ひじき煮</b>	ひじき 油揚げ 人参 糸こんにゃく いんげん 油 砂糖 醤油	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
20	月		牛乳	<b>高野豆腐の卵とじ</b>	鶏肉 玉葱 人参 高野豆腐 ニラ 卵 干し椎茸 砂糖 醤油	<b>かぶの酢の物</b>	かぶ 人参 胡瓜 砂糖 酢 醤油 ごま	<b>あずきパウンド 牛乳</b>	小豆缶 薄力粉 卵 バター B・P
21	火		ヨーグルト	<b>大豆コロッケ</b>	豚挽肉 大豆 じゃが芋 玉葱 人参 塩こしょう 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	<b>フレンチサラダ</b>	レタス ハム 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 砂糖 酢 油	<b>きな粉フレンチトースト 牛乳</b>	食パン 卵 牛乳 砂糖 バター きな粉 砂糖
22	水		菓子 牛乳	<b>炒り豆腐</b>	鶏挽肉 えび 豆腐 玉葱 人参 卵 生椎茸 かまぼこ いんげん 油 砂糖 醤油	<b>★昆布煮</b>	刻み昆布 人参 油揚げ 砂糖 醤油 煮干	<b>★お好みごはん 麦茶</b>	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
23	木		ちりめん 牛乳	<b>★根菜煮</b>	牛肉 人参 里芋 れんこん ごぼう 大根 こんにゃく 干し椎茸 いんげん 砂糖 醤油	<b>小松菜の卵とじ</b>	小松菜 人参 油揚げ 卵 みりん 醤油	<b>ドーナツ カルピス</b>	ホットケーキミックス 卵 牛乳 砂糖 油 ココア 粉砂糖
24	金		菓子 牛乳	<b>鯛の照り焼き</b>	ぶり 生姜 砂糖 みりん 醤油 酒 油 ブロッコリー	<b>和風サラダ 味噌汁</b>	チシャ 人参 胡瓜 カニカマ 砂糖 酢 醤油 油 玉葱 人参 わかめ 葱 味噌 煮干	<b>カスタードサンド 牛乳</b>	食パン 卵 牛乳 バター 砂糖 小麦粉
25	土		菓子 牛乳	<b>ミートスパゲティ</b>	合挽肉 玉葱 人参 ピーマン スパゲティ バター ケチャップ 粉チーズ	<b>ブロッコリーのごま和え</b>	ブロッコリー 人参 コーン缶 ごま 砂糖 醤油	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
27	月		ヨーグルト	<b>肉豆腐</b>	牛肉 焼き豆腐 玉葱 人参 しめじ えのき 糸こんにゃく 長葱 油 砂糖 醤油 みりん	<b>かにの酢の物</b>	かに缶 キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 酢 醤油	<b>海おにぎり 麦茶</b>	米 ちりめん かつお節 みりん 醤油
28	火		菓子 牛乳	<b>団子汁</b>	鶏肉 やせうま麺 玉葱 人参 油揚げ 里芋 白菜 干し椎茸 かまぼこ 葱 味噌 煮干	<b>ほうれん草の納豆和え</b>	ほうれん草 納豆 人参 砂糖 醤油 ごま	<b>きなこボーロ 牛乳</b>	ホットケーキミックス 卵黄 砂糖 牛乳 きな粉 片栗粉
29	水		菓子 牛乳	<b>★ツナオムレツ</b>	ツナ缶 卵 玉葱 人参 ピーマン 切干大根 バター 塩こしょう ケチャップ レタス	<b>★ごぼうサラダ</b>	ごぼう ハム 胡瓜 人参 マヨネーズ スキムミルク	<b>かぼちゃサンド 牛乳</b>	食パン 南瓜 砂糖 バター

★は、かみかみメニューです

※材料などの都合で変更することがあります