

平成26年5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
☆子どもの日の集い☆									
1	木		ヨーグルト 麦茶						
2	金		ちりめん 牛乳	春野菜のシチュー	鶏肉 じゃが芋 玉葱 人参 しめじ グリンピース バター シチュールー スキムミルク 牛乳	アスパラとトマトの ごま和え	アスパラ トマト レタス 砂糖 醤油 ごま	バナナ	おふまヨスナック 牛乳 麩 マヨネーズ 青のり
7	水		チーズ 牛乳	高野豆腐の卵とじ	鶏ミンチ エビ 高野豆腐 卵 玉葱 人参 ニラ 干し椎茸 油 砂糖 醤油	☆筍のサラダ	ハム 筍 キャベツ 胡瓜 人参 マヨネーズ スキムミルク 醤油 鰹節	オレンジ	マカロニあべかわ 牛乳 マカロニ きな粉 砂糖 塩
8	木		オレンジ 牛乳	豚肉の味噌炒め	豚肉 厚揚げ 玉葱 人参 筍 もやし 生椎茸 葱 油 砂糖 味噌 醤油 みりん	青菜の納豆和え	納豆 小松菜 人参 砂糖 醤油 ごま	キウイ	ごはんのピザ風 麦茶 米 ちりめん ピーマン ハム ごま チーズ 卵 スキムミルク バター
9	金		バナナ 牛乳	鯖のムニエルマトソース	鯖 塩こしょう 小麦粉 バター ホールトマト缶 玉葱 油 ケチャップ 塩こしょう	春キャベツと ウインナーのソテー	ウインナー キャベツ 玉葱 人参 ピーマン コーン缶 油 薄口醤油 塩こしょう	ミニトマト	☆野菜スティック 牛乳 人参 胡瓜 アスパラ マヨネーズ スキムミルク 味噌
10	土		チーズ 牛乳	きつねうどん	鶏肉 油揚げ うどん麺 玉葱 人参 かまぼこ 干し椎茸 葱 砂糖 醤油 煮干	南瓜のそぼろ煮	鶏ミンチ 南瓜 玉葱 人参 砂糖 醤油	バナナ	菓子 牛乳 菓子
12	月		キウイ 牛乳	とり天	鶏肉 生姜 にんにく 酒 薄口醤油 卵 小麦粉 油	切干大根のナムル コンソメスープ	ハム 切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま油 玉葱 えのき パセリ コンソメ 塩こしょう		☆コーンフレークケーキ 牛乳 コーンフレーク マシュマロ バター
13	火		ちりめん 牛乳	骨太卵焼き	鶏ミンチ 卵 ひじき ちりめん 玉葱 人参 いんげん 油 スキムミルク	☆野菜の昆布じめ	キャベツ 人参 胡瓜 塩昆布	ミニトマト	きな粉入り黒糖蒸しパン 牛乳 きな粉 黒糖 薄力粉 ベーキングパウダー スキムミルク 塩 黒ごま
14	水		バナナ 牛乳	春野菜のポトフ	ベーコン ウインナー じゃが芋 キャベツ 玉葱 人参 しめじ セロリ グリンピース 油 パセリ コンソメ 塩こしょう	ニラ納豆	納豆 ニラ 人参 醤油 鰹節 ごま	いちご	肉味噌おにぎり 麦茶 米 鶏ミンチ 味噌 みりん 油 青のり ごま
15	木		ヨーグルト 麦茶	たまごグラタン	ベーコン 卵 じゃが芋 玉葱 人参 ほうれん草 しめじ バター ホワイトソース缶 スキムミルク パン粉 粉チーズ	アスパラソテー	ウインナー アスパラ 人参 コーン缶 油 醤油 塩こしょう	バナナ	ブレッド風クッキー 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー プレーンヨーグルト 牛乳 バター 砂糖 塩
16	金		キウイ 牛乳	ポークビーンズ	豚肉 大豆 じゃが芋 玉葱 人参 しめじ グリンピース 油 ホールトマト缶 砂糖 ケチャップ 醤油 塩こしょう	☆ごぼうサラダ	ツナ缶 ごぼう 胡瓜 人参 コーン缶 醤油 マヨネーズ スキムミルク ごま	キウイ	にんじんカステラ 牛乳 人参 卵 砂糖 生クリーム スキムミルク 小麦粉 塩 粉砂糖
17	土		バナナ 牛乳	海鮮ちゃんぽん	エビ イカ 豚肉 中華麺 キャベツ 玉葱 人参 もやし 葱 かまぼこ 干し椎茸 塩こしょう 鶏ガラスープの素 醤油	ジャーマンポテト	ベーコン じゃが芋 コーン缶 バター 塩こしょう	チーズ	菓子 牛乳 菓子
19	月		オレンジ 牛乳	鶏の照り焼き	鶏肉 生姜 砂糖 醤油 みりん 酒	豆腐の味噌汁	豆腐 わかめ 玉葱 人参 葱 味噌 煮干	バナナ	カスタードサンド 牛乳 食パン 卵 牛乳 バター 砂糖 小麦粉 バニラエッセンス
20	火		ちりめん 牛乳	筑前煮	鶏肉 厚揚げ 里芋 れんこん ごぼう 干し椎茸 人参 こんにゃく いんげん 油 砂糖 醤油	春雨の酢の物	ハム 春雨 胡瓜 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	キウイ	☆れんこんチップス 牛乳 れんこん 油 青のり 塩
21	水		チーズ 牛乳	大豆カレー	鶏肉 大豆 じゃが芋 玉葱 人参 ピーマン しめじ 油 バター カレールウ スキムミルク 牛乳	ひじきサラダ	ハム ひじき 砂糖 醤油 胡瓜 レタス 人参 マヨネーズ スキムミルク	いちご	スキムカップケーキ 牛乳 小麦粉 スキムミルク ベーキングパウダー 卵 バター 砂糖 牛乳
22	木		キウイ 牛乳	麻婆豆腐	豆腐 豚ミンチ 玉葱 人参 生椎茸 ピーマン 葱 ごま油 生姜 にんにく 砂糖 醤油 味噌 片栗粉	花野菜のオーロラソース	ハム ブロッコリー キャベツ 人参 コーン缶 マヨネーズ ケチャップ スキムミルク	オレンジ	鮭とわかめのおにぎり 麦茶 米 鮭フレーク わかめ ごま
23	金		ヨーグルト 麦茶	ポパイオムレツ	ベーコン 卵 ほうれん草 玉葱 人参 干し椎茸 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	☆ちりめんの甘酢和え	ちりめん キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	ミニトマト	じゃが芋ドーナツ 牛乳 じゃが芋 薄力粉 ベーキングパウダー 卵 スキムミルク 砂糖 醤油
24	土		チーズ 牛乳	☆キャベツとちりめんのパスタ	ベーコン スパゲティ ちりめん キャベツ 玉葱 人参 しめじ バター 醤油 塩こしょう	卵スープ	卵 玉葱 人参 葱 醤油 片栗粉 コンソメ	バナナ	菓子 牛乳 菓子
26	月		バナナ 牛乳	鮭の磯辺揚げ	鮭 塩 酒 小麦粉 青のり 油	五色ナムル	小松菜 人参 キャベツ もやし 黄ピーマン 砂糖 酢 醤油 ごま油 ごま	ミニトマト	☆ぎょうざせんべい 牛乳 餃子の皮 バター 粉チーズ 青のり
27	火		ちりめん 牛乳	牛肉の柳川風	牛肉 卵 ごぼう 玉葱 人参 葱 糸こんにゃく 干し椎茸 油 酒 砂糖 醤油 みりん	おからサラダ	おから 人参 ブロッコリー ハム マヨネーズ スキムミルク	オレンジ	ゴマラスク 牛乳 食パン 練りゴマ 砂糖 バター スキムミルク
28	水		ヨーグルト 麦茶	八宝菜	豚肉 エビ イカ キャベツ 玉葱 人参 筍 ピーマン かまぼこ 干し椎茸 ごま油 醤油 鶏ガラスープの素 片栗粉	ひじきの白和え	ひじき いんげん 人参 豆腐 スキムミルク 練りゴマ 砂糖 醤油 味噌 ごま	バナナ	いりこ大豆 牛乳 水煮大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
29	木		オレンジ 牛乳	魚のお好み焼き	いわしミンチ 卵 生姜 キャベツ 人参 葱 もやし 小麦粉 スキムミルク 酒 砂糖 醤油 ソース 鰹節 青のり	五目きんぴら	れんこん ごぼう 人参 糸こんにゃく いんげん 砂糖 醤油 ごま油 ごま	いちご	かぼちゃクッキー 牛乳 南瓜 小麦粉 スキムミルク バター 砂糖 卵
30	金		バナナ 牛乳	肉じゃが	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 いんげん 糸こんにゃく 干し椎茸 油 砂糖 醤油 みりん	カリカリベーコンサラダ	ベーコン 胡瓜 レタス 人参 コーン缶 砂糖 酢 醤油 油	キウイ	カレーピラフ 麦茶 米 玉葱 人参 ウインナー カレー粉 油 塩こしょう パセリ
31	土		チーズ 牛乳	ミートスパゲティ	合挽肉 玉葱 人参 ピーマン ホールトマト缶 グリンピース バター スパゲティ ケチャップ	☆キャベツのゆかり和え	キャベツ 人参 ゆかり	バナナ	菓子 牛乳 菓子

★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