

平成26年11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	土		チーズ牛乳		<b>豆乳カレーうどん</b>	豚肉 玉葱 人参 油揚げ 葱 白菜 豆乳 カレールー 醤油 うどん スキムミルク 昆布だし	<b>じゃが芋のソテー</b>	じゃが芋 ベーコン 人参 玉葱 コーン缶 バター 塩こしょう	バナナ	<b>菓子牛乳</b>	菓子
4	火		バナナ牛乳		<b>鶏肉のマーマレード焼き</b>	鶏肉 マーマレード 醤油 みりん	<b>おからサラダ</b>	ハム おから 人参 ブロッコリー スキムミルク マヨネーズ 酢	ミニトマト	<b>チーズ入りヨーグルトパン牛乳</b>	小麦粉 ヨーグルト チーズ レーズン 砂糖 ベーキングパウダー 重曹
5	水		ヨーグルト麦茶		<b>千草焼き</b>	鶏ミンチ 卵 人参 玉葱 ピーマン 干し椎茸 ちりめん スキムミルク 砂糖 醤油 油	<b>☆きんぴられんこん</b>	れんこん 人参 糸こんにゃく ちりめん いんげん ごま油 砂糖 醤油 みりん ごま	みかん	<b>おからクッキー牛乳</b>	ホットケーキミックス バター 卵黄 砂糖 おから
6	木		ちりめん牛乳		<b>すき焼き風煮</b>	牛肉 焼き豆腐 じゃが芋 ごぼう だいこん 白菜 人参 糸こんにゃく えのき 葱 砂糖 醤油 油	<b>ちくわと胡瓜のごま酢</b>	ちくわ わかめ 胡瓜 人参 レタス 砂糖 酢 醤油 ごま	リンゴ	<b>☆いりこ大豆牛乳</b>	水煮大豆 いりこ 砂糖 醤油 ごま
7	金		みかん牛乳		<b>☆さつま芋のかき揚げ</b>	ちりめん エビ さつま芋 人参 玉葱 ピーマン 卵 塩 小麦粉 スキムミルク 油	<b>☆千草和え</b>	イカ 人参 胡瓜 キャベツ 卵 油揚げ 砂糖 酢 薄口醤油 ごま	梨	<b>五目おにぎり麦茶</b>	米 豚挽肉 ごぼう 人参 しめじ いんげん 醤油 みりん 油
8	土		バナナ牛乳		<b>小松菜とじゃこのパスタ</b>	ベーコン ちりめん 小松菜 人参 しめじ にんにく スパゲティ 油 醤油	<b>コンソメスープ</b>	ベーコン 玉葱 人参 パセリ コンソメ 醤油	チーズ	<b>菓子牛乳</b>	菓子
10	月		みかん牛乳		<b>石狩汁</b>	鮭 大根 人参 ごぼう 生椎茸 白菜 玉葱 里芋 こんにゃく 油揚げ 葱 味噌 スキムミルク 煮干	<b>☆切干大根のナムル</b>	切干大根 ちりめん 人参 胡瓜 コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま ごま油	バナナ	<b>きなこ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
11	火		ヨーグルト麦茶		<b>ポークビーンズ</b>	豚肉 大豆 玉葱 人参 ピーマン しめじ じゃが芋 ホールトマト缶 ケチャップ コンソメ 油 スキムミルク	<b>コールスローサラダ</b>	ハム 胡瓜 キャベツ 人参 ちりめん コーン缶 マヨネーズ スキムミルク	オレンジ	<b>おふすなック牛乳</b>	麩 ごま油 塩 青のり
12	水		ちりめん牛乳		<b>マカロニグラタン</b>	鶏肉 マカロニ 玉葱 人参 ピーマン しめじ バター スキムミルク 小麦粉 牛乳 コンソメ チーズ	<b>ブロッコリーのごま和え</b>	ブロッコリー 人参 ちりめん ごま 砂糖 酢 醤油	バナナ	<b>さつま芋のホットケーキ牛乳</b>	ホットケーキミックス さつま芋 卵 豆乳 バター
13	木		バナナ牛乳		<b>筑前煮</b>	鶏肉 人参 ごぼう れんこん こんにゃく 里芋 厚揚げ 生椎茸 いんげん 砂糖 醤油 みりん 油	<b>胡瓜とわかめの酢の物</b>	胡瓜 キャベツ 人参 わかめ ちりめん 砂糖 酢 醤油 ごま	リンゴ	<b>☆コーンフレークケーキ牛乳</b>	コーンフレーク マシュマロ バター
14	金		みかん牛乳		<b>さつま芋カレー</b>	牛肉 さつま芋 玉葱 人参 ピーマン しめじ えのき バター カレールウ スキムミルク	<b>マカロニサラダ</b>	マカロニ 胡瓜 人参 ベーコン コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう	フルーチェ	<b>きなこボーロ牛乳</b>	ホットケーキミックス スキムミルク 卵黄 砂糖 牛乳 きな粉 片栗粉
15	土		チーズ牛乳		<b>ビーフソテー</b>	豚肉 エビ 人参 玉葱 葱 キャベツ ビーフン ごま油 醤油	<b>黒ごま南瓜</b>	南瓜 黒ごま 砂糖 醤油	みかん	<b>菓子牛乳</b>	菓子
17	月		梨牛乳		<b>鶏のから揚げ</b>	鶏肉 にんにく 生姜 醤油 小麦粉 片栗粉 油	<b>大根サラダ</b>	ハム 大根 胡瓜 人参 マヨネーズ スキムミルク 醤油	リンゴ	<b>カレーピラフ麦茶</b>	米 玉葱 人参 ウインナー カレー粉 油 塩こしょう パセリ
18	火		オレンジ牛乳		<b>高野豆腐の卵とじ</b>	鶏肉 卵 スキムミルク 玉葱 人参 干し椎茸 いんげん 油 砂糖 醤油 みりん	<b>野菜の昆布じめ</b>	胡瓜 キャベツ 人参 ちりめん 塩昆布	バナナ	<b>☆じゃことチーズのトースト牛乳</b>	食パン ちりめん マヨネーズ スキムミルク 青のり チーズ
19	水		リンゴ牛乳		<b>秋野菜シチュー</b>	鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 生椎茸 えのき しめじ グリーンピース バター スキムミルク シチュールウ	<b>☆牛肉のしぐれ煮</b>	牛肉 ごぼう 人参 糸こんにゃく いんげん 油 砂糖 醤油	みかん	<b>マーブルケーキ牛乳</b>	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 卵 砂糖 バター ココア
20	木		ヨーグルト麦茶		<b>鯛の満点揚げ</b>	鯛ミンチ ちりめん 豆腐 さつま芋 葱 生姜 片栗粉 醤油 みりん スキムミルク 油	<b>卵の花の炒り煮</b>	おから 玉葱 人参 干し椎茸 油揚げ グリンピース 油 砂糖 醤油	ミニトマト	<b>ごまクッキー牛乳</b>	ホットケーキミックス グラニュー糖 牛乳 バター 黒ごま 白ごま 油
21	金		バナナ牛乳		<b>大豆の五目煮</b>	鶏肉 大豆 人参 れんこん ごぼう 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 みりん 油	<b>キャベツのゆかり和え</b>	キャベツ 人参 ちりめん 胡瓜 ゆかり	オレンジ	<b>きな粉入り黒糖蒸しパン牛乳</b>	小麦粉 スキムミルク ベーキングパウダー きな粉 黒糖 塩 黒ごま
22	土		チーズ牛乳		<b>☆切干大根ときのこスパゲティ</b>	鶏ミンチ 玉葱 人参 しめじ エリンギ 生椎茸 切干大根 バター 醤油	<b>ピーマンのじゃこ炒め</b>	ピーマン 黄ピーマン 赤ピーマン ちりめん 油揚げ 砂糖 醤油 油	バナナ	<b>菓子牛乳</b>	菓子
25	火		リンゴ牛乳		<b>オムレツのカレーミンチソース</b>	人参 玉葱 ピーマン ちりめん 卵 スキムミルク 油 合挽肉 玉葱 カレールウ	<b>ひじきサラダ</b>	ハム ひじき 砂糖 醤油 胡瓜 人参 マヨネーズ スキムミルク	みかん	<b>ゴマラスク牛乳</b>	食パン 練りゴマ 砂糖 バター
26	水		ちりめん牛乳		<b>豚汁</b>	豚肉 玉葱 人参 白菜 里芋 油揚げ ごぼう 生椎茸 豆腐 葱 味噌 煮干 スキムミルク	<b>ほうれん草のおかか和え</b>	ほうれん草 人参 ちりめん 鰹節 砂糖 醤油	梨	<b>☆野菜スティック牛乳</b>	人参 大根 胡瓜 マヨネーズ スキムミルク 醤油
27	木		ヨーグルト麦茶		<b>ブリの照り焼き</b>	鯛 生姜 酒 砂糖 醤油 みりん 油	<b>めかぶ納豆</b>	めかぶ 納豆 人参 ちりめん 醤油	ミニトマト	<b>ふかし芋牛乳</b>	さつま芋 塩
28	金		バナナ牛乳		<b>八宝菜</b>	豚肉 イカ エビ 人参 玉葱 ピーマン 干し椎茸 キャベツ かまぼこ 葱 油 鶏ガラスープの素 醤油 片栗粉	<b>春雨の中華風サラダ</b>	ハム 人参 胡瓜 コーン缶 春雨 ちりめん 砂糖 酢 醤油 ごま油	オレンジ	<b>レモンケーキ牛乳</b>	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 卵 砂糖 生クリーム レモン汁 バター
29	土	<b>☆ 発表会 ☆</b>									

☆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