

平成27年 4月 献立表

山の手保育園

		3歳未満児		全 員 共 通								
日	曜	はし スーン	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		リンゴ 牛乳		春野菜シチュー	鶏肉 玉葱 人参 筍 キャベツ じゃが芋 グリンピース クリームコーン缶 バター シチュールー スキムミルク	ツナサラダ	ツナ缶 レタス 胡瓜 人参 わかめ コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	オレンジ	ジャムチーズサンド 牛乳	食パン クリームチーズ イチゴジャム	
2	木		バナナ 牛乳		鱈のフライ	さわら 塩こしょう 小麦粉 パン粉 青のり 油 ケチャップ	春野菜の豚汁	豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ごぼう 油揚げ 葱 味噌 スキムミルク 煮干し	ミトマト	スイートポテト 牛乳	さつま芋 砂糖 生クリーム スキムミルク 卵	
3	金		オレンジ 牛乳		お好み焼き風卵焼き	卵 ベーコン 玉葱 人参 キャベツ ピーマン 油 スキムミルク ソース かつお節 青のり	☆ごぼうサラダ	ごぼう 胡瓜 人参 コーン缶 ツナ缶 マヨネーズ スキムミルク ごま	いちご	五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 油 ごま	
4	土		ヨーグルト 麦茶		ナポリタンスパゲティ	ウインナー 玉葱 人参 しめじ ピーマン トマトホール缶 バター スパゲティ ケチャップ	青のりポテト	じゃが芋 青のり 塩 粉チーズ	バナナ	菓子 牛乳	菓子	
6	月		バナナ 牛乳		とり天	鶏肉 塩こしょう 生姜 酒 みりん 醤油 卵 小麦粉 片栗粉 油	南瓜サラダ	南瓜 じゃが芋 ブロッコリー 人参 ハム マヨネーズ スキムミルク	ミトマト	やさしいキッシュ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 牛乳 チーズ ベーコン ほうれん草 玉葱 油	
7	火		チーズ 牛乳		肉団子スープ	豚ミンチ 塩こしょう 生姜 片栗粉 玉葱 人参 キャベツ 生椎茸 豆腐 ニラ 醤油 みりん 鶏ガラスープの素	☆切干大根ナムル	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま油	リンゴ	☆ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク	
8	水		オレンジ 牛乳		鮭の西京焼き	さけ 砂糖 味噌 みりん マヨネーズ スキムミルク ごま 油	若竹汁	鶏肉 わかめ 筍 人参 里芋 油揚げ 醤油 みりん 煮干し	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 バター 塩こしょう パセリ	
9	木		ヨーグルト 麦茶		☆鶏肉と大豆の煮物	鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん こんにやく 厚揚げ ひじき いんげん 砂糖 醤油 酒 みりん	春雨の酢の物	春雨 ハム 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	みそまんじゅう 牛乳	小麦粉 スキムミルク 重曹 味噌 牛乳 砂糖 卵	
10	金		リンゴ 牛乳		カルシウムたっぷり 卵焼き	卵 鶏ミンチ チーズ ピーマン 玉葱 人参 干し椎茸 ひじき スキムミルク 塩こしょう 油	ほうれん草のごま和え	ほうれん草 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま	ミトマト	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩	
11	土		バナナ 牛乳		焼きそば	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし ピーマン ちくわ 中華麺 ごま油 ソース かつお節 青のり	わかめスープ	わかめ 玉葱 人参 コーン缶 葱 ごま 醤油 鶏ガラスープの素 煮干し	オレンジ	菓子 牛乳	菓子	
13	月		オレンジ 牛乳		鱈の照り焼き	ぶり 生姜 酒 砂糖 醤油 みりん 油	小松菜の納豆和え	小松菜 人参 もやし 納豆 砂糖 醤油 ごま	ミトマト	ハムチーズサンド 牛乳	食パン マヨネーズ ハム チーズ	
14	火		ちりめん 牛乳		☆新ごぼうの つくね揚げ	鶏ミンチ ごぼう 玉葱 葱 卵 片栗粉 スキムミルク 油 砂糖 醤油 みりん ごま	南瓜煮	南瓜 玉葱 人参 いんげん 砂糖 醤油 煮干し	キウイ	はりはり蒸しパン 牛乳	さつま芋 小麦粉 スキムミルク 豆乳 ベーキングパウダー 砂糖 塩	
15	水		バナナ 牛乳		春野菜の チンジャオロース	牛肉 筍 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン ごま油 酒 砂糖 醤油 片栗粉	野菜の味噌汁	玉葱 人参 青梗菜 豆腐 油揚げ 味噌 スキムミルク 煮干し	リンゴ	鮭とわかめのおにぎり 麦茶	米 鮭フレーク わかめ ごま	
16	木		ヨーグルト 麦茶		麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 ピーマン ニンニク 生姜 葱 ごま油 砂糖 醤油 味噌 スキムミルク 片栗粉	☆ちくわの酢の物	ちくわ 人参 胡瓜 コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま	オレンジ	☆いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油	
17	金		リンゴ 牛乳	☆新入園児歓迎会☆								
18	土		チーズ 牛乳		親子うどん	鶏肉 卵 玉葱 人参 干し椎茸 油揚げ かまぼこ 葱 うどん麺 砂糖 醤油 煮干し	さつま芋のレモン煮	さつま芋 レモン汁 砂糖	バナナ	菓子 牛乳	菓子	
20	月		オレンジ 牛乳		☆ヒレカツ	豚ヒレ肉 塩こしょう 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ ソース	☆五目きんぴら	ごぼう れんこん 人参 ピーマン 糸こんにやく ごま油 砂糖 醤油 酒 ごま	ミトマト	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	
21	火		ヨーグルト 麦茶		高野豆腐の卵とじ	鶏肉 卵 高野豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 ニラ スキムミルク 油 砂糖 醤油 煮干し	マカロニサラダ	マカロニ ハム 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク	キウイ	きなこサンド 牛乳	食パン きな粉 砂糖 バター スキムミルク	
22	水		リンゴ 牛乳		鱈の味噌煮	さば 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒 人参 煮干し	☆ちくわと胡瓜の ごま酢	ちくわ わかめ 胡瓜 人参 レタス 砂糖 酢 醤油 ごま	いちご	☆れんこんチップ 牛乳	れんこん 油 塩 青のり	
23	木		ちりめん 牛乳		ポテトグラタン	鶏肉 じゃが芋 玉葱 人参 しめじ グリンピース バター 小麦粉 牛乳 スキムミルク コンソメ 塩こしょう 粉チーズ パン粉	☆春キャベツと ウインナーのソテー	ウインナー キャベツ 人参 ピーマン コーン缶 油 醤油 塩こしょう	オレンジ	キャロットケーキ 牛乳	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	
24	金		バナナ 牛乳		千草焼き	鶏ミンチ 卵 玉葱 人参 ピーマン 干し椎茸 スキムミルク 砂糖 醤油 油	アスパラサラダ	アスパラ レタス 人参 ハム 砂糖 醤油 酢 油	ミトマト	筍おにぎり 麦茶	米 筍 ベーコン いんげん バター 砂糖 醤油	
25	土		チーズ 牛乳		五目ビーフン	豚肉 玉葱 人参 キャベツ ピーマン 干し椎茸 ビーフン ごま油 ソース 醤油 塩こしょう	青梗菜と卵のスープ	青梗菜 人参 えのき 卵 醤油 鶏ガラスープの素 煮干し	バナナ	菓子 牛乳	菓子	
27	月		オレンジ 牛乳		新じゃがのそぼろ煮	鶏ミンチ じゃが芋 ごぼう 玉葱 人参 生椎茸 グリンピース 油 砂糖 醤油 煮干し	五目納豆	納豆 人参 ニラ しめじ ちりめん 砂糖 醤油 ごま	リンゴ	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク 南瓜 卵 牛乳	
28	火		バナナ 牛乳		豆腐のまさご揚げ	豆腐 鶏ミンチ えび 玉葱 人参 生椎茸 ちりめん スキムミルク 卵 塩こしょう 片栗粉 油	ひじきサラダ	ひじき 人参 胡瓜 コーン缶 カニカマ マヨネーズ スキムミルク	ミトマト	リンゴゼリー 麦茶	リンゴジュース 粉寒天 砂糖	
30	木		ヨーグルト 麦茶		厚揚げの ミルクカレー煮	豚肉 厚揚げ 玉葱 人参 しめじ 南瓜 牛乳 カレールー スキムミルク 醤油 みりん	ちりめんのか酢和え	ちりめん 胡瓜 人参 キャベツ 砂糖 酢 醤油 ごま	キウイ	☆カルシウムラスク 牛乳	食パン バター 粉チーズ 青のり ごま スキムミルク	

☆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