

平成27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	
2	月		みかん 牛乳	さんまの蒲焼き	さんま 片栗粉 油 砂糖 醤油 みりん	☆切干大根のサラダ	切干大根 胡瓜 人参 キャベツ ツナ缶 マヨネーズ かつお節	ミニトマト	五目おにぎり 麦茶	米 鶏肉 人参 干し椎茸 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 酒
4	水		ヨーグルト 麦茶	麻婆大根	豚ミンチ 豆腐 大根 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	ちりめんの甘酢	ちりめん 胡瓜 人参 キャベツ 砂糖 酢 醤油 ごま	梨	石垣もち 牛乳	さつまい 小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 砂糖
5	木		リンゴ 牛乳	秋野菜のシチュー	鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ 生椎茸 舞茸 ブロッコリー バター クリームコーン缶 スキムミルク シチュールー	トマトのマリネ	トマト 胡瓜 コーン缶 パセリ 酢 レモン汁 砂糖 オリーブ油	バナナ	ごまクッキー 牛乳	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
6	金		ちりめん 牛乳	厚揚げの甘酢炒め	豚肉 玉葱 人参 ピーマン 茄子 葱 厚揚げ 砂糖 酒 酢 醤油 片栗粉 油	ほうれん草の おかか和え	ほうれん草 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 かつお節	オレンジ	☆ミルクラスク 牛乳	フランスパン(食パン) コンデンスミルク
7	土		バナナ 牛乳	けんちんうどん	鶏肉 豆腐 人参 大根 ごぼう 干し椎茸 こんにゃく 葱 里芋 うどん麺 醤油 みりん 煮干し	白菜のごま酢和え	白菜 わかめ 人参 ちくわ 砂糖 酢 醤油 ごま	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
9	月		リンゴ 牛乳	☆蓮根入り 肉団子スープ	鶏ミンチ 蓮根 塩こしょう スキムミルク 片栗粉 玉葱 人参 しめじ 青梗菜 春雨 醤油 みりん 鶏ガラスープの素	スパゲティサラダ	スパゲティ ハム 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 粉チーズ	みかん	☆お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
10	火		バナナ 牛乳	鮭の ちゃんちゃん焼き	鮭 塩こしょう しめじ 生椎茸 えのき キャベツ 人参 砂糖 味噌	コンソメスープ	ベーコン 玉葱 人参 キャベツ しめじ じゃが芋 コンソメ 醤油 パセリ	ミニトマト	☆いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
11	水		ヨーグルト 麦茶	高野豆腐の卵とじ	豚肉 高野豆腐 卵 玉葱 人参 ニラ 干し椎茸 いんげん 鶏ガラスープの素 砂糖 醤油 油	春雨の中華和え	春雨 ハム 人参 胡瓜 レタス コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま油	リンゴ	キャロットチーズ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク 人参 チーズ 牛乳
12	木		みかん 牛乳	チキン南蛮	鶏肉 塩こしょう 片栗粉 小麦粉 油 酢 砂糖 醤油 玉葱 卵 マヨネーズ レモン汁 スキムミルク パセリ	小松菜の納豆和え	納豆 小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 ごま	バナナ	おからドーナツ 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク おから 砂糖 豆乳 油 きな粉 砂糖
13	金		チーズ 牛乳	豆腐と野菜の みぞれ煮	鶏肉 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 しめじ 白菜 葱 大根 砂糖 醤油 みりん	ひじきと大豆の ごま風味サラダ	ひじき 大豆 わかめ 胡瓜 人参 キャベツ ちりめん マヨネーズ スキムミルク ごま	梨	ジャムサンド 牛乳	食パン イチゴジャム カスタードクリーム
14	土		バナナ 牛乳	ちゃんぽん	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし かまぼこ 葱 中華麺 醤油 みりん 煮干し	キャベツの ゆかり和え	キャベツ 人参 胡瓜 ちりめん ゆかり	みかん	菓子 牛乳	菓子
16	月		リンゴ 牛乳	鯖の竜田揚げ	鯖 生姜 醤油 酒 みりん 片栗粉 小麦粉 油	小松菜のナムル	小松菜 人参 もやし ハム 砂糖 酢 醤油 ごま油	ミニトマト	☆切干大根おにぎり 麦茶	米 切干大根 ベーコン 砂糖 醤油 酒 ごま
17	火		ヨーグルト 麦茶	さつまいカレー	牛肉 玉葱 人参 さつまい ピーマン しめじ カレールー スキムミルク	コールスローサラダ	ハム キャベツ 人参 胡瓜 切干大根 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク ごま	梨	ブラウニー 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク ココア 卵 砂糖 マーメイド バター
18	水		バナナ 牛乳	豆腐チャンプルー	豚肉 豆腐 玉葱 人参 エリンギ もやし 卵 葱 ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	じゃが芋のソテー	じゃが芋 ベーコン 人参 玉葱 コーン缶 バター 塩こしょう	オレンジ	ツナトースト 牛乳	食パン ツナ缶 玉葱 ピーマン マヨネーズ スキムミルク チーズ
19	木		みかん 牛乳	豚肉と茄子の 味噌炒め	豚肉 玉葱 人参 茄子 ピーマン 厚揚げ 味噌 砂糖 醤油 み りん 酒 油	☆根菜きんぴら	ごぼう れんこん 人参 糸こんにゃく いんげん ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	ミニトマト	さつまいのホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 豆乳 さつまい バター
20	金		ちりめん 牛乳	スパニッシュ オムレツ	ベーコン 卵 ほうれん草 チーズ 玉葱 人参 じゃが芋 スキムミルク ケチャップ	野菜の ドレッシング和え	ハム レタス 人参 胡瓜 もやし 砂糖 酢 醤油 油 ごま	バナナ	☆れんこんチップ 牛乳	蓮根 油 塩 青のり
21	土	☆ 発表会 ☆								
24	火		チーズ 牛乳	鶏ごぼう丼	鶏肉 卵 玉葱 人参 ごぼう えのき 糸こんにゃく 葱 油 砂糖 醤油 みりん 煮干し	☆ちくわの甘酢和え	ちくわ 人参 胡瓜 コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま	みかん	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
25	水		リンゴ 牛乳	八宝菜	豚肉 えび いか 玉葱 人参 キャベツ 白菜 筍 ピーマン 干し椎茸 ごま油 鶏ガラスープの素 醤油 片栗粉	さつまいと昆布の 煮物	さつまい 人参 いんげん 刻み昆布 砂糖 醤油	バナナ	スイートパンプキン 牛乳	南瓜 砂糖 生クリーム スキムミルク
26	木		ヨーグルト 麦茶	☆鶏と根菜の煮物	鶏肉 蓮根 ごぼう 人参 干し椎茸 里芋 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 酒 みりん ごま油	おからサラダ	ハム おから 人参 ブロッコリー マヨネーズ スキムミルク 酢	梨	レモンケーキ 牛乳	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
27	金		バナナ 牛乳	骨太卵焼き	卵 鶏ミンチ チーズ 切干大根 玉葱 人参 ピーマン しめじ 油 塩こしょう スキムミルク	五目納豆	納豆 人参 小松菜 しめじ ちりめん 海苔 砂糖 醤油	ミニトマト	カレーピラフ 麦茶	米 ウインナー 玉葱 人参 カレールー バター 塩こしょう パセリ
28	土		みかん 牛乳	きのこのスパゲティ	ベーコン 玉葱 人参 しめじ エリンギ 生椎茸 ほうれん草 スパゲティ ニンニク 醤油 バター 塩こしょう	中華風コーンスープ	コーン缶 コーンクリーム缶 卵 人参 玉葱 鶏ガラスープの素 片栗粉	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
30	月		バナナ 牛乳	石狩汁	鮭 玉葱 人参 白菜 ごぼう 大根 生椎茸 里芋 こんにゃく 油揚げ 葱 味噌 スキムミルク 煮干し	南瓜の スキムミルク煮	南瓜 大豆 いんげん 砂糖 醤油 スキムミルク	みかん	きなこ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク きな粉 小豆缶 牛乳

☆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