

平成28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	
2	月		リンゴ バナナ		<b>マカロニグラタン</b>	鶏肉 マカロニ 玉葱 人参 ビーマン しめじ スキムミルク バター 小麦粉 牛乳 コンソメ チーズ	<b>☆昆布煮</b>	刻み昆布 油揚げ 人参 いんげん 油 砂糖 醤油 煮干し	ミニトマト	<b>キャロットケーキ 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
6	金		バナナ 牛乳		<b>☆きのこ入り親子丼</b>	鶏肉 卵 玉葱 人参 干し椎茸 しめじ えのき かまぼこ 葱 スキムミルク 砂糖 醤油 みりん 煮干し	<b>野菜のオーロラソース</b>	ブロッコリー 人参 じゃが芋 コーン缶 ハム マヨネーズ ケチャップ スキムミルク	リンゴ	<b>海おにぎり 麦茶</b>	米 ちりめん かつお節 青のり みりん 醤油 ごま
7	土		オレンジ 牛乳		<b>春野菜のナポリタン</b>	ウインナー 玉葱 人参 キャベツ アスパラ ホールトマト缶 バター スパゲティ ケチャップ ソース 塩こしょう	<b>青のりポテト</b>	じゃが芋 青のり 塩 粉チーズ	バナナ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
9	月		ヨーグルト 麦茶		<b>ちりめんの卵焼き</b>	ちりめん ベーコン 卵 玉葱 人参 しめじ 小松菜 スキムミルク 油 砂糖 醤油	<b>☆ちくわの酢の物</b>	ちくわ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま	ミニトマト	<b>ココアバナナ蒸しパン 牛乳</b>	蒸しパンミックス スキムミルク ココア バナナ 牛乳
10	火		リンゴ 牛乳		<b>☆筑前煮</b>	鶏肉 人参 ごぼう れんこん 生椎茸 里芋 こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	<b>五目納豆</b>	納豆 人参 小松菜 たくあん ちりめん 砂糖 醤油 ごま	キウイ	<b>かぼちゃクッキー 牛乳</b>	南瓜 小麦粉 スキムミルク バター 砂糖 卵
11	水		バナナ 牛乳		<b>鮭のキャベツソースかけ</b>	さけ 塩こしょう 油 玉葱 しめじ キャベツ バター コンソメ スキムミルク	<b>新じゃがの味噌煮</b>	豚肉 じゃが芋 人参 厚揚げ 葱 油 味噌 砂糖 醤油	オレンジ	<b>田舎おにぎり 麦茶</b>	米 大根葉 油揚げ 油 砂糖 醤油 みりん ごま
12	木		ちりめん 牛乳		<b>ポークビーンズ</b>	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ビーマン じゃが芋 油 ホールトマト缶 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油	<b>南瓜とひじきのサラダ</b>	南瓜 ひじき 人参 ブロッコリー ハム マヨネーズ スキムミルク	リンゴ	<b>☆カルシウムラスク 牛乳</b>	食パン バター 粉チーズ 青のり ごま スキムミルク
13	金		オレンジ 牛乳		<b>高野豆腐のつくね揚げ</b>	鶏ミンチ 高野豆腐 玉葱 葱 卵 片栗粉 スキムミルク 油 砂糖 醤油 ごま	<b>アスパラソテー</b>	ベーコン アスパラ キャベツ 人参 コーン缶 油 醤油 塩こしょう	ミニトマト	<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 スキムミルク 卵 豆乳 さつま芋 バター
14	土		チーズ 牛乳		<b>焼きうどん</b>	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし ビーマン かまぼこ うどん麺 ごま油 ソース 塩こしょう 青のり かつお節	<b>かき玉汁</b>	卵 玉葱 人参 小松菜 しめじ 醤油 鶏ガラスープの素 煮干し	バナナ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
16	月		バナナ 牛乳		<b>鯖の味噌煮</b>	さば 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒 人参 煮干し	<b>☆ごぼうサラダ</b>	ごぼう 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク 醤油 ごま	オレンジ	<b>☆お好みごはん 麦茶</b>	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
17	火		リンゴ 牛乳		<b>千草焼き</b>	鶏ミンチ 卵 玉葱 人参 ビーマン 干し椎茸 スキムミルク 油 砂糖 醤油	<b>ブロッコリーの おかか和え</b>	ブロッコリー 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 かつお節	キウイ	<b>やせうま 牛乳</b>	やせうま麺 きな粉 砂糖 塩 スキムミルク
18	水		ヨーグルト 麦茶		<b>大豆カレー</b>	鶏肉 大豆 玉葱 人参 しめじ アスパラ じゃが芋 油 カレールー スキムミルク	<b>カリカリベーコンサラダ</b>	ベーコン レタス 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 油	リンゴ	<b>メープルマフィン 牛乳</b>	ホットケーキミックス スキムミルク バター 砂糖 卵 牛乳 メープルシロップ
19	木		オレンジ 牛乳		<b>豆腐チャンプルー</b>	豚肉 豆腐 玉葱 人参 しめじ もやし 卵 葱 ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	<b>小松菜の納豆和え</b>	納豆 小松菜 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま	バナナ	<b>コーントースト 牛乳</b>	食パン クリームコーン缶 マヨネーズ スキムミルク パセリ 塩こしょう
20	金		リンゴ 牛乳		<b>肉じゃが</b>	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 煮干し	<b>和風サラダ</b>	ツナ缶 レタス 胡瓜 人参 わかめ コーン缶 砂糖 醤油 酢	オレンジ	<b>☆いりこ大豆 牛乳</b>	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
21	土		バナナ 牛乳		<b>ミネストローネ</b>	ベーコン ウインナー 玉葱 人参 キャベツ しめじ ビーマン じゃが芋 ホールトマト缶 ケチャップ コンソメ	<b>黒ごま南瓜</b>	南瓜 黒ごま 砂糖 醤油 煮干し	チーズ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
23	月		オレンジ 牛乳		<b>鶏肉のマーメレード焼き</b>	鶏肉 マーメレード 醤油 みりん 油	<b>☆根菜のきんぴら</b>	ごぼう れんこん 人参 糸こんにゃく ビーマン ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	ミニトマト	<b>かぼちゃ蒸しパン 牛乳</b>	蒸しパンミックス スキムミルク 南瓜 卵 牛乳
24	火		ちりめん 牛乳		<b>☆魚のフライ タルタルソース</b>	さけ 塩こしょう 小麦粉 パン粉 油 卵 玉葱 パセリ 酢 マヨネーズ スキムミルク	<b>五色ナムル</b>	小松菜 人参 もやし 黄パプリカ ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	オレンジ	<b>芋ようかん 牛乳</b>	さつま芋 粉寒天 砂糖
25	水		ヨーグルト 麦茶		<b>ポークシチュー</b>	豚肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 グリンピース バター ハヤシルー スキムミルク	<b>ちりめんの甘酢和え</b>	ちりめん 胡瓜 キャベツ 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	リンゴ	<b>きなこポーロ 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
26	木		バナナ 牛乳		<b>高野豆腐の卵とじ</b>	鶏肉 高野豆腐 卵 玉葱 人参 干し椎茸 いんげん スキムミルク 油 砂糖 醤油 煮干し	<b>じゃが芋のソテー</b>	じゃが芋 ウインナー 玉葱 人参 コーン缶 バター 塩こしょう	キウイ	<b>五平もち 麦茶</b>	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 油 ごま
27	金		オレンジ 牛乳		<b>ジャーマンオムレツ</b>	牛ミンチ 卵 じゃが芋 玉葱 人参 ビーマン 油 スキムミルク 砂糖 塩こしょう ケチャップ	<b>☆切干大根サラダ</b>	切干大根 胡瓜 キャベツ 人参 ハム マヨネーズ スキムミルク	ミニトマト	<b>ジャムチーズサンド 牛乳</b>	食パン クリームチーズ いちごジャム
28	土		リンゴ 牛乳		<b>五目ビーフン</b>	豚肉 玉葱 人参 キャベツ ビーマン 干し椎茸 ビーフン ごま油 ソース 醤油 塩こしょう	<b>わかめスープ</b>	わかめ 豆腐 玉葱 人参 葱 ごま 醤油 鶏ガラスープの素 煮干し	バナナ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
30	月		チーズ 牛乳		<b>麻婆豆腐</b>	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 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	<b>春雨の酢の物</b>	春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま	オレンジ	<b>おふスナック 牛乳</b>	麩 ごま油 塩 青のり
31	火		バナナ 牛乳		<b>☆岩石揚げ</b>	鶏ミンチ 大豆 さつま芋 ひじき えび 人参 小麦粉 卵 スキムミルク 砂糖 醤油 油	<b>シーザーサラダ</b>	ベーコン 胡瓜 レタス 人参 コーン缶 マヨネーズ 酢 スキムミルク 粉チーズ	ミニトマト	<b>リンゴゼリー 麦茶</b>	リンゴジュース 粉寒天 砂糖

☆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