

平成29年2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	水		みかん 牛乳	★豚肉の柳川風煮	豚肉 卵 玉葱 人参 ごぼう 糸こんにゃく かまぼこ 葱 油 砂糖 醤油 みりん 酒 煮干し	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	★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
2	木		ヨーグルト 麦茶	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 スキムミルク 油 ソース かつお節 青のり	根菜のそぼろ煮	鶏ミンチ れんこん 里芋 人参 干し椎茸 いんげん 砂糖 醤油 みりん	ミニトマト	バナナビスケット 牛乳	ホットケーキミックス パナナ レモン汁 バター 卵黄 スキムミルク
3	金		リンゴ 牛乳	おにライスカレー	米 塩こしょう ケチャップ コンソメ 油 卵 牛乳 グリンピース とんがりコーン 鶏ミンチ 大豆 玉葱 人参 ピーマン じゃが芋 カレ ルー	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	オレンジ	おにカップケーキ 牛乳	ホットケーキミックス ココア バター 卵 砂糖 さつま芋 牛乳 レーズン
4	土		チーズ 牛乳	海鮮ちゃんぽん	豚肉 えび いか 玉葱 人参 キャベツ もやし 葱 中華麺 醤油 煮干し	野菜の塩昆布和え	キャベツ 胡瓜 人参 塩昆布	バナナ	菓子 牛乳	菓子
6	月		みかん 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 白菜 しめじ 豆腐 葱 醤油 みりん 鶏ガラスープの素	鶏レバー煮	鶏レバー 生姜 ニラ 人参 糸こんにゃく ごま油 砂糖 醤油	リンゴ	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩
7	火		ちりめん 牛乳	★筑前煮	鶏肉 人参 ごぼう れんこん 里芋 こんにゃく 厚揚げ 生椎茸 いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	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	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
8	水		リンゴ 牛乳	鮭のコーンマヨ焼き	さけ 塩こしょう 油 玉葱 クリームコーン缶 マヨネーズ スキムミルク パセリ	☆ひじきのきんぴら	ひじき ごぼう 人参 油揚げ いんげん ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	みかん	しそチーズおにぎり 麦茶	米 ゆかり チーズ
9	木		ヨーグルト 麦茶	肉じゃが	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	ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー 人参 コーン缶 砂糖 醤油 かつお節	キウイ	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
10	金		バナナ 牛乳	鶏のから揚げ ネギ胡麻ソース	鶏肉 塩こしょう 生姜 ニンニク 酒 片栗粉 油 白葱 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま	冬野菜の味噌汁	大根 白菜 人参 ごぼう れんこん こんにゃく 味噌 煮干し	ミニトマト	☆ちりめんトースト 牛乳	食パン ちりめん マヨネーズ スキムミルク 青のり チーズ
13	月		みかん 牛乳	ほうれん草のオムレツ	卵 鶏ミンチ ほうれん草 玉葱 人参 しめじ チーズ スキムミルク バター 塩こしょう ケチャップ	ニラ納豆	納豆 ニラ 人参 もやし 砂糖 醤油 かつお節 ごま	リンゴ	メープルマフィン 牛乳	ホットケーキミックス 卵 スキムミルク バター 砂糖 牛乳 メープルシロップ
14	火		チーズ 牛乳	麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 筍 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	キウイ	ふかし芋 牛乳	さつま芋 塩
15	水		リンゴ 牛乳	クリームシチュー	鶏肉 玉葱 人参 しめじ 南瓜 ほうれん草 バター クリームコーン缶 スキムミルク シチュールー	フレンチサラダ	レタス キャベツ 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 酢 醤油 油	バナナ	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 マーメレード バター
16	木		ヨーグルト 麦茶	親子丼	鶏肉 卵 玉葱 人参 かまぼこ 干し椎茸 葱 砂糖 醤油 みりん 煮干し	☆根菜のきんぴら	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	☆コーントースト 牛乳	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
17	金		バナナ 牛乳	★鶏肉と大豆の煮物	鶏肉 大豆 人参 れんこん ごぼう こんにゃく 干し椎茸 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 煮干し	野菜のオーロラソース	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	五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 油 ごま
18	土		みかん 牛乳	桜海老焼きうどん	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし ピーマン かまぼこ うどん麺 ごま油 ソース 塩こしょう 桜海老 青のり かつお節	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	チーズ	菓子 牛乳	菓子
20	月		バナナ 牛乳	鱈の柚子焼き	ぶり 酒 醤油 みりん 柚子	五目納豆	納豆 人参 ほうれん草 たくあん ちりめん 砂糖 醤油 ごま	ミニトマト	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
21	火		リンゴ 牛乳	高野豆腐の卵とじ	鶏肉 高野豆腐 卵 玉葱 人参 干し椎茸 ニラ スキムミルク 油 砂糖 醤油 煮干し	☆胡瓜とわかめの 酢の物	胡瓜 わかめ キャベツ 人参 ちくわ 砂糖 酢 醤油 ごま	みかん	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 塩 青のり
22	水		ヨーグルト 麦茶	れんこん入り松風焼き	鶏ミンチ 豆腐 れんこん 玉葱 人参 葱 干し椎茸 卵 パン粉 味噌 砂糖 醤油 ごま	ひじき煮	ひじき 人参 干し椎茸 油揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	バナナ	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
23	木		みかん 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	ほうれん草のごま和え	ほうれん草 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま	リンゴ	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
24	金		ちりめん 牛乳	★岩石揚げ	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	中華サラダ	焼き豚 チシャ 人参 胡瓜 もやし 砂糖 酢 醤油 ごま油	キウイ	かぼちゃサンド 牛乳	食パン 南瓜 砂糖 バター スキムミルク
25	土		バナナ 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	チーズ	菓子 牛乳	菓子
27	月		リンゴ 牛乳	ハヤシライス	豚肉 玉葱 人参 しめじ 茄子 じゃが芋 グリンピース バター ハヤシルー スキムミルク	☆レンコン甘酢	れんこん ちりめん 人参 胡瓜 砂糖 醤油 酢	みかん	人参クッキー 牛乳	人参 小麦粉 バター 砂糖 卵 スキムミルク
28	火		チーズ 牛乳	鯖の煮つけ	さば 生姜 砂糖 醤油 みりん 酒 煮干し	小松菜のソテー	ウインナー 小松菜 玉葱 人参 しめじ ごま油 砂糖 醤油	バナナ	田舎おにぎり 麦茶	米 大根葉 油揚げ 油 みりん 醤油 ごま

☆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