

平成29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	水		ヨーグルト 麦茶	いわしのつみれ汁	いわしミンチ 生姜 卵 片栗粉 玉葱 人参 豆腐 大根 葱 干し椎茸 味噌 出しiriこ	ちりめんの酢の物	ちりめん きゅうり 人参 キャベツ 砂糖 酢 醤油 ごま	梨	ココアクッキー 牛乳	小麦粉 ココア ベーキングパウダー スキムミルク バター 砂糖 卵
2	木		リンゴ 牛乳	厚揚げの甘酢炒め	豚ミンチ 厚揚げ 玉葱 人参 ピーマン 茄子 葱 酒 砂糖 醤油 酢 片栗粉 油	☆ごぼうサラダ	ごぼう きゅうり 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク 醤油 ごま	みかん	いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
4	土		梨 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	さつま芋の甘煮	さつま芋 砂糖	チーズ	菓子 牛乳	菓子
6	月		リンゴ 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	ひじきとハムのソテー	ハム ひじき 人参 もやし ごま油 砂糖 醤油 ごま	ミニトマト	バナナケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク バター 卵 バナナ
7	火		バナナ 牛乳	☆大豆の五目煮	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	マセドアンサラダ	きゅうり 人参 コーン缶 じゃが芋 りんご マヨネーズ スキムミルク	みかん	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
8	水		ちりめん 牛乳	酢鶏	鶏肉 玉葱 人参 ピーマン 筍 干し椎茸 油 砂糖 酢 醤油 ケチャップ 酒 片栗粉	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	バナナ	ふかし芋 牛乳	さつま芋 塩
9	木		リンゴ 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	☆ちくわの酢の物	ちくわ わかめ きゅうり レタス 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	梨	野菜キッシュ 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
10	金		ヨーグルト 麦茶	秋野菜シチュー	鶏肉 玉葱 人参 さつま芋 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	和風サラダ	ツナ缶 レタス きゅうり 人参 わかめ コーン缶 砂糖 醤油 酢	みかん	ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
11	土		チーズ 牛乳	けんちんうどん	鶏肉 豆腐 大根 人参 ごぼう 干し椎茸 里芋 葱 うどん麺 砂糖 醤油 みりん 煮干し	南瓜煮	南瓜 砂糖 醤油 煮干し	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
13	月		梨 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	フレンチサラダ	レタス キャベツ きゅうり 人参 ハム 砂糖 酢 醤油 油	ミニトマト	スキムカップケーキ 牛乳	小麦粉 スキムミルク ベーキングパウダー 卵 バター 砂糖 牛乳
14	火		リンゴ 牛乳	大根入り麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 大根 玉葱 人参 干し椎茸 ピーマン 生姜 にんにく 葱 ごま油 砂糖 醤油 味噌 スキムミルク 片栗粉	野菜の昆布じめ	キャベツ 人参 きゅうり ちりめん 塩昆布	バナナ	肉みそおにぎり 麦茶	米 豚ミンチ 味噌 みりん 油 青のり ごま
15	水		バナナ 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 いんげん スキムミルク 油 砂糖 醤油 煮干し	小松菜の納豆和え	納豆 小松菜 人参 砂糖 醤油 ごま	リンゴ	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
16	木		リンゴ 牛乳	鯛の照り焼き	鯛 生姜 酒 砂糖 醤油 みりん 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	みかん	きな粉蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク きな粉 小豆缶 牛乳
17	金		梨 牛乳	すき焼き風煮	牛肉 焼き豆腐 人参 大根 白菜 えのき じゃが芋 糸こんにゃく 葱 油 砂糖 醤油	白菜の胡麻酢あえ	白菜 わかめ 人参 ちくわ 砂糖 酢 醤油 ごま	バナナ	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
18	土		チーズ 牛乳	きのこパスタ	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	卵 玉葱 人参 コーン缶 クリームコーン缶 醤油 鶏ガラスープの素 片栗粉	みかん	菓子 牛乳	菓子
20	月		みかん 牛乳	さんまの香りパン粉揚げ	さんま 塩こしょう 小麦粉 パン粉 パセリ 粉チーズ 油	春雨の酢の物	ハム 春雨 きゅうり 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢	バナナ	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 青のり 塩
21	火		リンゴ 牛乳	豚肉の生姜焼き	豚肉 玉葱 人参 もやし 筍 キャベツ ピーマン 油 生姜 砂糖 醤油 みりん 酒	レバーのケチャップ煮	鶏レバー 生姜 人参 玉葱 ピーマン 油 ケチャップ 砂糖 コンソメ	ミニトマト	さつま芋のホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 豆乳 さつま芋 バター
22	水		ちりめん 牛乳	肉かぼちゃ	牛肉 南瓜 玉葱 人参 ごぼう 厚揚げ 糸こんにゃく いんげん 砂糖 醤油 酒 煮干し	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	みかん	やせうま 牛乳	やせうま麺 きな粉 砂糖 塩 スキムミルク
24	金		ヨーグルト 麦茶	大豆カレー	鶏肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ピーマン じゃが芋 油 スキムミルク カレールー	カリカリベーコンサラダ	ベーコン レタス きゅうり 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 油	梨	アップルケーキ 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 卵 砂糖 バター リンゴ
25	土		リンゴ 牛乳	焼きそば	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし ピーマン かまぼこ 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 豆腐 玉葱 人参 葱 胡麻 醤油 鶏ガラスープの素 煮干し	みかん	菓子 牛乳	菓子
27	月		みかん 牛乳	ふわふわ丼	卵 豆腐 鶏ミンチ 玉葱 人参 ごぼう たら 麩 砂糖 醤油 油 スキムミルク	小松菜のソテー	ベーコン 小松菜 玉葱 人参 しめじ ごま油 砂糖 醤油	バナナ	二色サンド 牛乳	食パン イチゴジャム マーメイドジャム
28	火		梨 牛乳	ほうとう	鶏肉 南瓜 人参 ごぼう 大根 白菜 しめじ 油揚げ 葱 やせうま麺 味噌 煮干し	シーチキン和え	キャベツ ほうれん草 ツナ缶 人参 玉葱 レモン汁 砂糖 醤油	みかん	スイートポテト カルピス	さつま芋 砂糖 生クリーム スキムミルク 卵 紅芋 牛乳 バター コンデンスミルク
29	水		バナナ 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	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	ミニトマト	南瓜クッキー 牛乳	南瓜 小麦粉 スキムミルク バター 砂糖 卵
30	木		リンゴ 牛乳	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	五色ナムル	小松菜 人参 もやし 黄パプリカ ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	バナナ	お好みご飯 麦茶	米 卵 たら ちりめん チーズ 油

☆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