

平成29年 12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	金	リンゴ 牛乳	リンゴ 牛乳	小松菜と厚揚げのグラタン	鶏肉 小松菜 玉葱 人参 しめじ 厚揚げ じゃが芋 塩こしょう コンソメ スキムミルク バター 小麦粉 牛乳 粉チーズ	春雨サラダ	春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク	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
2	土	チーズ 牛乳	リンゴ 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	黒ごま南瓜	南瓜 黒ごま 砂糖 醤油 煮干し	チーズ	菓子 牛乳	菓子
4	月	バナナ 牛乳	バナナ 牛乳	鶏肉の マーメレード焼き	鶏肉 マーメレード 醤油 みりん 油	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	ミントマ	海おにぎり 麦茶	米 ちりめん かつお節 青のり みりん 醤油 ごま
5	火	ちりめん 牛乳	リンゴ 牛乳	牛肉と南瓜の煮物	牛肉 南瓜 玉葱 人参 糸こんにゃく 干し椎茸 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油	めかぶ納豆	納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 ごま かつお節	みかん	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩
6	水	リンゴ 牛乳	リンゴ 牛乳	冬野菜シチュー	鶏肉 玉葱 人参 大根 白菜 しめじ ほうれん草 じゃが芋 クリームコーン缶 バター 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	黒ごまマフィン 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク バター 砂糖 卵 豆腐 黒ごま
7	木	みかん 牛乳	みかん 牛乳	★カルシウムオムレツ	卵 鶏ミンチ チーズ 玉葱 人参 ビーマン 干し椎茸 切干大根 スキムミルク 塩こしょう 油 ケチャップ	厚揚げと白菜の 煮浸し	厚揚げ 白菜 人参 醤油 砂糖 油	キウイ	スイートポテトクッキー 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク バター 砂糖 牛乳 さつま芋
8	金	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト 麦茶	鯖の味噌煮	さば 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒 スキムミルク 人参 煮干し	★かみかみサラダ	さきいか ごぼう 人参 胡瓜 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 醤油 ごま	リンゴ	★野菜スティック 牛乳	胡瓜 人参 さつま芋 マヨネーズ 味噌
9	土	チーズ 牛乳	リンゴ 牛乳	スパゲティナポリタン	ウインナー 玉葱 人参 しめじ ビーマン ホールトマト缶 バター スパゲティ麺 ケチャップ 塩こしょう	コンソメスープ	ベーコン 玉葱 人参 キャベツ じゃが芋 パセリ コンソメ 醤油	バナナ	菓子 牛乳	菓子
11	月	キウイ 牛乳	キウイ 牛乳	マカロニ入りポトフ	ウインナー ベーコン 玉葱 人参 キャベツ しめじ じゃが芋 グリーンピース マカロニ 醤油 コンソメ	ツナと大根のサラダ	ツナ缶 大根 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク かつお節	みかん	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	火	バナナ 牛乳	バナナ 牛乳	鶏団子のみぞれ汁	鶏ミンチ 塩こしょう 生姜 片栗粉 玉葱 人参 白菜 生椎茸 大根 油揚げ 葱 醤油 みりん 煮干し	人参とひじきの白和 え	人参 ひじき 豆腐 こんにゃく 砂糖 味噌 ごま	キウイ	★鮭とわかめのおにぎり 麦茶	米 鮭フレーク わかめ ごま
13	水	みかん 牛乳	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	★ピーマンの じゃこ炒め	ピーマン 黄パプリカ 人参 ちりめん 砂糖 醤油 ごま ごま油	バナナ	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 青のり 塩
14	木	リンゴ 牛乳	リンゴ 牛乳	麻婆豆腐	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	ちくわの酢の物	ちくわ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま	オレンジ	★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
15	金	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト 麦茶	★ポークビーンズ	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 スキムミルク	小松菜ともやしの ソテー	小松菜 もやし 玉葱 人参 ベーコン 油 砂糖 醤油	キウイ	芋ようかん 牛乳	さつま芋 粉寒天 砂糖
16	土	みかん 牛乳	みかん 牛乳	五目うどん	鶏肉 玉葱 人参 しめじ わかめ かまぼこ 葱 うどん麺 砂糖 醤油 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	チーズ	菓子 牛乳	菓子
18	月	バナナ 牛乳	バナナ 牛乳	鯖の照り焼き	ぶり 生姜 酒 砂糖 醤油 みりん 油	★野菜のきんぴら	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	ミントマ	ポテトサンド 牛乳	食パン じゃが芋 コーン缶 人参 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう
19	火	ちりめん 牛乳	ちりめん 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	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク	リンゴ	ココアバナナ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク ココア バナナ 牛乳
20	水	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト 麦茶	★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	三色和え	小松菜 もやし 人参 醤油 砂糖 酢 ごま	バナナ	★いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
21	木	★クリスマス昼食会★								
22	金	キウイ 牛乳	キウイ 牛乳	八宝菜	豚肉 えび いか 玉葱 人参 キャベツ 白菜 筍 ビーマン 干し椎茸 ごま油 鶏ガラスープの素 醤油 片栗粉	海苔チーズ納豆	納豆 人参 小松菜 チーズ 海苔 砂糖 醤油	みかん	五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 油 ごま
25	月	リンゴ 牛乳	リンゴ 牛乳	鐘のムニエル	たら 塩こしょう 小麦粉 バター	切干大根ナムル	切干大根 胡瓜 人参 ハム コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま油	ミントマ	きなこボーロ 牛乳	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	火	みかん 牛乳	みかん 牛乳	お好み焼き風卵焼き	卵 ベーコン 玉葱 人参 キャベツ ビーマン 油 スキムミルク ソース かつお節 青のり	ちりめんの甘酢	ちりめん 胡瓜 人参 キャベツ 砂糖 醤油 酢 ごま	キウイ	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
27	水	キウイ 牛乳	キウイ 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	和風サラダ	ツナ缶 レタス 胡瓜 人参 わかめ コーン缶 砂糖 醤油 酢	バナナ	★カルシウムかりんとう 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 スキムミルク わかめ 人参 ごま 油
28	木	ちりめん 牛乳	ちりめん 牛乳	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	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	ひじきおにぎり 麦茶	米 ひじき 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 酒 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