

令和3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 スパン	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	土		リンゴ 牛乳	春野菜のナポリタン	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	南瓜煮	南瓜 砂糖 醤油 煮干し	チーズ	菓子 牛乳	菓子
6	木		バナナ 牛乳	ちりめんの卵焼き	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	★胡瓜とわかめの酢の物	胡瓜 わかめ キャベツ 人参 かまぼこ 砂糖 酢 醤油 ごま	ミニマト	田舎おにぎり 麦茶	米 大根葉 油揚げ 油 砂糖 醤油 みりん ごま
7	金		ヨーグルト 麦茶	クリームシチュー	鶏肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 グリンピース バター シチュールー クリームコーン缶 スキムミルク	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	★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
8	土		チーズ 牛乳	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 グリンピース 薄口醤油 コンソメ	ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー 人参 もやし 砂糖 醤油 かつお節	オレンジ	菓子 牛乳	菓子
10	月		ちりめん 麦茶	鮭のバター焼き	さけ 塩こしょう 小麦粉 バター	★春キャベツと ウインナーのソテー	ウインナー キャベツ 人参 コーン缶 ピーマン 油 醤油 コンソメ 塩こしょう	リンゴ	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
11	火		オレンジ 牛乳	★筑前煮	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	★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 ごま	バナナ	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
12	水		リンゴ 麦茶	高野豆腐のつくね揚げ	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	アスパラと胡瓜の ツナマヨ和え	ツナ缶 アスパラ 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク	ミニマト	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
13	木		バナナ 牛乳	春野菜の具沢山汁	豚肉 油揚げ 豆腐 ごぼう 玉葱 人参 しめじ キャベツ 葱 醤油 酒 みりん 煮干し	じゃが芋のそぼろ煮	鶏ミンチ じゃが芋 人参 グリンピース 砂糖 醤油	オレンジ	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 豆乳 さつま芋 バター
14	金		ヨーグルト 麦茶	ジャーマンオムレツ	牛ミンチ 卵 じゃが芋 玉葱 人参 ピーマン 油 スキムミルク 砂糖 塩こしょう ケチャップ	五目納豆	納豆 人参 小松菜 たくあん ちりめん 砂糖 醤油 ごま	リンゴ	やせうま 牛乳	やせうま きな粉 砂糖 塩 スキムミルク
15	土		オレンジ 牛乳	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 うどん麵 ごま油 ソース 塩こしょう 青のり かつお節	コンソメスープ	ベーコン 玉葱 人参 じゃが芋 パセリ コンソメ 醤油	チーズ	菓子 牛乳	菓子
17	月		リンゴ 麦茶	麻婆豆腐	鶏ミンチ 豆腐 玉葱 人参 筍 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	春雨の酢の物	春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク 南瓜 卵 牛乳
18	火		キウイ 牛乳	★鯡フライ タルタルソース	あじ 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	★切干大根の ツナ和え	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ツナ缶 砂糖 醤油	ミニマト	五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 油 ごま
19	水		ヨーグルト 麦茶	★鶏肉と大豆の煮物	鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん こんにゃく 干し椎茸 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	ひじきの中華和え	ひじき 人参 胡瓜 コーン缶 ハム 砂糖 酢 醤油 ごま油	オレンジ	★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
20	木		リンゴ 牛乳	マカロニグラタン	鶏肉 マカロニ 玉葱 人参 ピーマン しめじ スキムミルク バター 小麦粉 牛乳 コンソメ 粉チーズ	★昆布煮	刻み昆布 油揚げ 人参 いんげん 油 砂糖 醤油 煮干し	バナナ	すなっふ 牛乳	麩 バター グラニュー糖
21	金		オレンジ 麦茶	ビーフカレー	牛肉 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	フレンチサラダ	レタス キャベツ 胡瓜 人参 ハム 砂糖 酢 醤油 油	リンゴ	メープルマフィン 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク バター 砂糖 卵 牛乳 メープルシロップ 粉糖
22	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 かまぼこ 葱 中華麵 醤油 みりん 鶏ガラスープの素 煮干し	青のりポテト	じゃが芋 青のり 塩 粉チーズ	キウイ	菓子 牛乳	菓子
24	月		バナナ 麦茶	千草焼き	鶏ミンチ 卵 玉葱 人参 ピーマン 干し椎茸 スキムミルク 油 砂糖 醤油	★ちりめんの 甘酢和え	ちりめん 胡瓜 キャベツ 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	ミニマト	芋ようかん 牛乳	さつま芋 粉寒天 砂糖
25	火		キウイ 牛乳	肉団子スープ	鶏ミンチ 塩こしょう 生姜 片栗粉 玉葱 人参 キャベツ しめじ 豆腐 葱 醤油 みりん 鶏ガラスープの素	★根菜のきんぴら	ごぼう れんこん 人参 糸こんにゃく ピーマン ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	バナナ	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
26	水		ヨーグルト 麦茶	鮭の キャベツソースかけ	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	小松菜の納豆和え	納豆 小松菜 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま	リンゴ	★パン粉クッキー 牛乳	小麦粉 パン粉 ベーキングパウダー スキムミルク バター 砂糖 卵
27	木		ちりめん 牛乳	★きのこ入り親子丼	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	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	オレンジ	ジャムチーズサンド 牛乳	食パン クリームチーズ いちごジャム
28	金		バナナ 麦茶	ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ピーマン 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	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	キウイ	★いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
29	土		リンゴ 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	かき玉汁	卵 玉葱 人参 小松菜 しめじ 醤油 鶏ガラスープの素 煮干し	チーズ	菓子 牛乳	菓子
31	月		オレンジ 麦茶	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	じゃが芋のソテー	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	バナナ	★野菜スティック 牛乳	胡瓜 人参 味噌 マヨネーズ

★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