

令和3年 8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		キウイ 牛乳		<b>骨太卵焼き</b>	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 切干大根 しめじ ピーマン 油 醤油 塩こしょう スキムミルク 粉チーズ	<b>昆布煮</b>	刻み昆布 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 煮干だし	ミニトマト	<b>☆海おにぎり 麦茶</b>	米 ちりめん かつお節 青のり 醤油 みりん ごま
3	火		オレンジ 麦茶		<b>トマト入り麻婆豆腐</b>	豚ミンチ 豆腐 トマト 生姜 ニンニク 玉葱 人参 干し椎茸 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉	<b>三色ナムル</b>	小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま	バナナ	<b>さつま芋蒸しパン 牛乳</b>	蒸しパンミックス さつま芋 牛乳 スキムミルク 黒ごま
4	水		リンゴ 牛乳		<b>☆鯵フライ オーロラソース</b>	鯵 塩こしょう 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ マヨネーズ	<b>☆キャベツの さっぱり和え</b>	キャベツ 切干大根 胡瓜 人参 大葉 ささみ 砂糖 醤油 レモン汁	キウイ	<b>カルシウムラスク 牛乳</b>	食パン バター 粉チーズ スキムミルク 青のり ごま
5	木		ヨーグルト 麦茶		<b>ニラ豚炒め</b>	豚肉 ニラ 玉葱 人参 もやし エリンギ 油 砂糖 醤油 塩こしょう	<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>ふんわりきなこ 牛乳</b>	麩 バター きなこ 砂糖
6	金		ちりめん 牛乳		<b>夏野菜たっぷりハヤシ</b>	牛肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 茄子 トマト ピーマン 油 ハヤシルー スキムミルク	<b>オクラサラダ</b>	オクラ レタス 胡瓜 人参 とうもろこし 砂糖 醤油 酢 油	バナナ	<b>スイカ入り牛乳寒天 麦茶</b>	スイカ 牛乳 砂糖 粉寒天
7	土		オレンジ 麦茶		<b>五目ビーフン</b>	豚肉 玉葱 人参 干し椎茸 キャベツ ピーマン ビーフン麺 ごま油 塩こしょう ソース	<b>わかめスープ</b>	わかめ 玉葱 人参 豆腐 鶏がらスープの素 醤油 煮干だし	チーズ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
10	火		キウイ 牛乳		<b>鮭の味噌マヨ焼き</b>	鮭 塩こしょう 味噌 マヨネーズ	<b>☆根菜きんぴら</b>	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	ミニトマト	<b>ひじきおにぎり 麦茶</b>	米 ひじき 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油
11	水		オレンジ 麦茶		<b>チリコンカン</b>	豚ミンチ 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 グリーンピース 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	<b>ピーマンのツナ和え</b>	ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 人参 ツナ缶 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	<b>ミルクラスク 牛乳</b>	食パン コンデンスミルク
12	木		リンゴ 牛乳		<b>豚肉のチャプチェ</b>	豚肉 春雨 玉葱 人参 筍 干し椎茸 もやし ニラ ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	<b>☆切干大根ナムル</b>	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	キウイ	<b>スイートパンプキン 牛乳</b>	南瓜 砂糖 生クリーム スキムミルク
13	金		ヨーグルト 麦茶		<b>親子丼</b>	鶏肉 卵 玉葱 人参 干し椎茸 かまぼこ 葱 砂糖 醤油 みりん 酒 煮干だし	<b>じゃこわかめ</b>	わかめ ちりめん 玉葱 人参 葱 ごま油 砂糖 醤油	オレンジ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
14	土		チーズ 牛乳		<b>ポトフ</b>	ウインナー ベーコン 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 キャベツ コンソメ 醤油 パセリ	<b>ブロッコリーサラダ</b>	ブロッコリー 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ 醤油 塩こしょう	バナナ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
16	月		オレンジ 麦茶		<b>鯖の味噌煮</b>	鯖 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒 煮干だし	<b>めかぶ納豆</b>	納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま	キウイ	<b>やせうま 牛乳</b>	やせうま麵 きなこ 砂糖 塩
17	火		バナナ 牛乳		<b>ひじき入り卵焼き</b>	卵 鶏ミンチ ひじき 玉葱 人参 干し椎茸 いんげん 油 砂糖 醤油 スキムミルク	<b>カラフル炒め</b>	ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 人参 厚揚げ ちりめん ごま油 砂糖 醤油	ミニトマト	<b>ゆかりチーズおにぎり 麦茶</b>	米 ゆかり チーズ
18	水		ヨーグルト 麦茶		<b>カレー風味肉じゃが</b>	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく 厚揚げ グリーンピース 油 砂糖 醤油 カレー粉	<b>和風サラダ</b>	レタス 胡瓜 人参 わかめ コーン缶 ツナ缶 砂糖 醤油 酢 油	オレンジ	<b>コートースト 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 塩こしょう パセリ
19	木		リンゴ 牛乳		<b>高野豆腐のそぼろ煮</b>	鶏ミンチ 高野豆腐 玉葱 人参 しめじ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 煮干だし	<b>小松菜のごま和え</b>	小松菜 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま	キウイ	<b>パン粉クッキー 牛乳</b>	小麦粉 ベーキングパウダー パン粉 卵 バター 砂糖 スキムミルク
20	金		オレンジ 麦茶		<b>豚肉の生姜焼き</b>	豚肉 生姜 玉葱 人参 もやし キャベツ ピーマン 油 砂糖 醤油 みりん 酒	<b>ちくわの酢の物</b>	ちくわ わかめ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
21	土		キウイ 牛乳		<b>イタリアン焼きそば</b>	豚肉 玉葱 人参 ホールトマト缶 キャベツ コーン缶 ピーマン 中華麵 油 ケチャップ ソース 砂糖 粉チーズ	<b>ふわふわ卵スープ</b>	卵 玉葱 人参 えのき じゃが芋 コンソメ 醤油	チーズ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
23	月		ヨーグルト 麦茶		<b>ツナオムレツ</b>	卵 ツナ缶 玉葱 人参 切干大根 しめじ ピーマン 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	<b>レバー煮</b>	鶏レバー 生姜 人参 糸こんにゃく ニラ ごま油 砂糖 醤油	オレンジ	<b>きなこ蒸しパン 牛乳</b>	蒸しパンミックス きなこ 小豆缶 牛乳 スキムミルク
24	火		ちりめん 牛乳		<b>中華丼</b>	豚肉 いか えび 玉葱 人参 筍 干し椎茸 キャベツ ピーマン ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉	<b>ひじきナムル</b>	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	バナナ	<b>五平もち 麦茶</b>	米 油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク ごま
25	水		オレンジ 麦茶		<b>☆照り焼きチキン</b>	鶏肉 砂糖 醤油 みりん 酒	<b>海苔チーズ納豆</b>	納豆 刻み海苔 粉チーズ 人参 小松菜 砂糖 醤油	ミニトマト	<b>すなっ麩 牛乳</b>	麩 バター グラニュー糖
26	木		バナナ 牛乳		<b>豚肉と茄子の 味噌炒め</b>	豚肉 茄子 玉葱 人参 厚揚げ ピーマン 油 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒	<b>☆ちりめんの酢の物</b>	ちりめん 胡瓜 人参 キャベツ 砂糖 醤油 酢 ごま	キウイ	<b>黒ごまマフィン 牛乳</b>	ホットケーキミックス 黒ごま 卵 豆腐 バター 砂糖 スキムミルク
27	金		リンゴ 麦茶		<b>南瓜カレー</b>	豚肉 玉葱 人参 しめじ 南瓜 ピーマン 油 カレールー スキムミルク	<b>スパゲティサラダ</b>	スパゲティ麵 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう	オレンジ	<b>フルーツサンド 牛乳</b>	食パン 生クリーム 砂糖 バナナ 黄桃缶
28	土		チーズ 牛乳		<b>かき玉うどん</b>	鶏肉 卵 玉葱 人参 しめじ かまぼこ 葱 うどん麵 鶏がらスープの素 醤油 みりん 煮干だし	<b>さつま芋のレモン煮</b>	さつま芋 レモン汁 砂糖	バナナ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
30	月		オレンジ 麦茶		<b>☆鶏肉の南蛮漬</b>	鶏肉 塩こしょう 片栗粉 小麦粉 油 玉葱 人参 ピーマン 砂糖 醤油 酢	<b>野菜のゆかり和え</b>	胡瓜 人参 キャベツ コーン缶 ゆかり 醤油	キウイ	<b>☆いりこ大豆 牛乳</b>	いりこ 大豆 砂糖 醤油 ごま
31	火		バナナ 牛乳		<b>和風ハンバーグ</b>	鶏ミンチ 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 葱 卵 パン粉 味噌 砂糖 醤油 ごま	<b>冬瓜のすまし汁</b>	冬瓜 人参 しめじ 葱 醤油 みりん 出し昆布 かつお節	ミニトマト	<b>リンゴゼリー 麦茶</b>	リンゴジュース 砂糖 粉寒天

☆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