

令和3年 9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	ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 ピーマン 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	ひじきサラダ	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ 醤油 スキムミルク	オレンジ	シュガーラスク 牛乳	食パン バター グラニュー糖
2	木		ちりめん 牛乳	鱈の照り焼き	鱈 生姜 砂糖 醤油 みりん 酒	野菜のうま煮	里芋 人参 大根 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 煮干だし	リンゴ	☆切干大根おにぎり 麦茶	米 切干大根 ベーコン 砂糖 醤油 ごま
3	金		キウイ 麦茶	ふわふわ丼	鶏ミンチ 卵 麩 豆腐 玉葱 人参 しめじ 葱 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干だし	小松菜の磯和え	小松菜 人参 もやし 刻み海苔 砂糖 醤油	バナナ	マカロニきなこ 牛乳	マカロニ きなこ 砂糖 塩
4	土		オレンジ 牛乳	五目ビーフン	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	中華スープ	玉葱 人参 えのき 豆腐 青梗菜 鶏がらスープの素 醤油 煮干だし	チーズ	菓子 牛乳	菓子
6	月		リンゴ 麦茶	☆鶏肉の マーレード焼き	鶏肉 マーレードジャム 醤油 みりん	昆布煮	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	バナナ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス バナナ 牛乳 スキムミルク
7	火		バナナ 牛乳	茄子入り麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 茄子 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	ひじきナムル	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	オレンジ	わかめおにぎり 麦茶	米 わかめ 醤油 ごま
8	水		ヨーグルト 麦茶	ツナオムレツ	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	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	さつま芋ホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス さつま芋 豆乳 スキムミルク バター
9	木		キウイ 牛乳	肉野菜炒め	豚肉 玉葱 人参 もやし キャベツ ピーマン 油 砂糖 醤油 みりん 酒	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	ふんわりきなこ 牛乳	麩 バター きなこ 砂糖
10	金		チーズ 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 パター シチュールー スキムミルク	じゃこわかめ	わかめ ちりめん 玉葱 人参 葱 ごま油 砂糖 醤油	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 塩こしょう パセリ
11	土		バナナ 牛乳	あんかけラーメン	豚肉 玉葱 人参 しめじ もやし 青梗菜 ごま油 中華麺 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉	黒ごま南瓜	南瓜 砂糖 醤油 黒ごま	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
13	月		ヨーグルト 麦茶	鮭のムニエル 梨ソース	鮭 塩こしょう 小麦粉 バター 梨 砂糖 醤油 酢	カラフル炒め	ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 人参 厚揚げ ベーコン 油 砂糖 醤油	ミニトマト	芋ようかん 牛乳	さつま芋 砂糖 粉寒天
14	火		キウイ 牛乳	団子汁	鶏肉 人参 ごぼう 大根 しめじ 里芋 白菜 葱 やせうま麺 味噌 煮干だし	野菜のかぼす和え	胡瓜 人参 コーン缶 わかめ ちくわ 砂糖 醤油 かぼす果汁 ごま	オレンジ	きなこ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス きなこ 小豆缶 牛乳 スキムミルク
15	水		リンゴ 麦茶	厚揚げ入り八宝菜	豚肉 いか えび 玉葱 人参 筍 干し椎茸 厚揚げ キャベツ 青梗菜 ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉	☆切干大根ナムル	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	バナナ	ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
16	木		ちりめん 牛乳	千草焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 ピーマン 油 砂糖 醤油 スキムミルク	レバー煮	鶏レバー 生姜 人参 糸こんにゃく ニラ ごま油 砂糖 醤油	ミニトマト	おなかチーズおにぎり 麦茶	米 かつお節 チーズ 醤油
17	金		バナナ 麦茶	秋野菜カレー	豚肉 玉葱 人参 しめじ 茄子 さつま芋 いんげん 油 カレールー スキムミルク	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ 醤油	オレンジ	ココアマフィン 牛乳	ホットケーキミックス ココア 卵 バター 砂糖 スキムミルク 粉糖
18	土		梨 牛乳	きのこスパゲティ	ウインナー しめじ えのき エリンギ 生椎茸 玉葱 人参 ピーマン スパゲティ麺 バター 醤油 みりん	コンソメスープ	玉葱 人参 じゃが芋 キャベツ コンソメ 醤油 煮干だし パセリ	チーズ	菓子 牛乳	菓子
21	火		ヨーグルト 麦茶	☆ごま味噌から揚げ	鶏肉 塩こしょう 片栗粉 小麦粉 油 味噌 砂糖 醤油 酒 ごま	カロテン和え	ほうれん草 南瓜 人参 砂糖 醤油	ミニトマト	ジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム
22	水		リンゴ 牛乳	☆大豆の五目煮	鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん 干し椎茸 こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	胡瓜とわかめの酢の物	胡瓜 わかめ 人参 キャベツ かまぼこ 砂糖 醤油 酢 ごま	梨	きつねおにぎり 麦茶	米 油揚げ 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま
24	金		オレンジ 麦茶	チーズオムレツ	卵 牛ミンチ チーズ 玉葱 人参 しめじ 小松菜 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	めかぶ納豆	納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま	バナナ	すなっ麩 牛乳	麩 バター グラニュー糖
25	土		梨 牛乳	けんちんうどん	豚肉 玉葱 人参 大根 干し椎茸 豆腐 葱 うどん麺 醤油 みりん 煮干だし	野菜の昆布締め	キャベツ 胡瓜 人参 塩昆布	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
27	月		ヨーグルト 麦茶	鯛の満点バーグ	鯛ミンチ 生姜 ちりめん さつま芋 豆腐 葱 卵 青のり ごま 片栗粉 味噌 醤油 みりん スキムミルク	☆根菜きんぴら	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	ミニトマト	かぼすのふんわりケーキ 牛乳	ホットケーキミックス ベーキングパウダー 卵 グラニュー糖 バター かぼす果汁
28	火		リンゴ 牛乳	チンジャオロース	牛肉 玉葱 人参 筍 えのき じゃが芋 ピーマン ごま油 砂糖 醤油 片栗粉	三色ナムル	小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま	オレンジ	☆いりこ大豆 牛乳	いりこ 大豆 砂糖 醤油 ごま
29	水		チーズ 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 ニラ 油 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干だし	おなかひじきキャベツ	キャベツ ひじき 胡瓜 人参 ちりめん 砂糖 醤油 かつお節	バナナ	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
30	木		オレンジ 牛乳	鶏団子スープ	鶏ミンチ 生姜 塩こしょう 片栗粉 玉葱 人参 しめじ 豆腐 白菜 青梗菜 葱 鶏がらスープの素 醤油 みりん	☆切干大根のツナ和え	切干大根 ツナ缶 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油	梨	五平もち 麦茶	米 油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 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