

令和4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		リンゴ 牛乳		☆鮭フライ タルタルソース	鮭 塩こしょう 小麦粉 パン粉 油 卵 玉葱 マヨネーズ スキムミルク パセリ	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 醤油 酢 油	オレンジ	きなこサンド 牛乳	食パン きなこ 砂糖 スキムミルク
6	金		ヨーグルト 麦茶		高野豆腐のそぼろ煮	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	☆ちくわの酢の物	ちくわ わかめ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	キウイ	ココアマフィン 牛乳	ホットケーキミックス ベーキングパウダー ココア 卵 バター グラニュー糖
7	土		バナナ 牛乳		イタリアン焼きそば	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 中華麺 油 ケチャップ ソース 砂糖	ふわふわ卵スープ	卵 玉葱 人参 えのき じゃが芋 コンソメ 醤油	チーズ	菓子 牛乳	菓子
9	月		オレンジ 麦茶		☆鶏肉の マーメレード焼き	鶏肉 マーメレードジャム 醤油 みりん	小松菜の磯和え	小松菜 人参 もやし 刻み海苔 砂糖 醤油	ミニトマト	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
10	火		キウイ 牛乳		春野菜の豚汁	豚肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 キャベツ 油揚げ かまぼこ 葱 味噌 煮干だし	五目納豆	納豆 人参 青梗菜 たくあん ちりめん 砂糖 醤油 ごま	バナナ	さつま芋蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス さつま芋 牛乳 スキムミルク
11	水		ヨーグルト 麦茶		かに玉	卵 かにかま 玉葱 人参 干し椎茸 グリンピース スキムミルク ごま油 砂糖 醤油 片栗粉	☆バンバンジー風 サラダ	切干大根 胡瓜 トマト ささみ マヨネーズ 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま	リンゴ	やせうま 牛乳	やせうま麺 きなこ 砂糖 塩
12	木		バナナ 牛乳		肉南瓜	牛肉 南瓜 玉葱 人参 糸こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 煮干だし	野菜のゆかり和え	キャベツ 胡瓜 人参 ゆかり 砂糖 醤油	オレンジ	わかめおにぎり 麦茶	米 わかめ 醤油 ごま
13	金		チーズ 麦茶		豆腐ハンバーグ	豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 人参 ピーマン 豆腐 パン粉 塩こしょう スキムミルク ケチャップ ソース	ひじきとハムのソテー	ひじき ハム 玉葱 人参 グリンピース 油 砂糖 醤油	キウイ	黒ごまマフィン 牛乳	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
14	土		リンゴ 牛乳		ポトフ	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	ブロッコリーの卵とじ	ブロッコリー 卵 玉葱 人参 油 砂糖 醤油	バナナ	菓子 牛乳	菓子
16	月		キウイ 麦茶		鯛のごま味噌焼き	鯛 塩こしょう 味噌 砂糖 みりん ごま	カラフルソテー	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	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 さつま芋 バター 砂糖 牛乳 スキムミルク
17	火		オレンジ 牛乳		鶏肉と大豆のトマト煮	鶏肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 グリンピース ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油	スパゲティサラダ	スパゲティ麺 胡瓜 人参 コーン缶 ツナ缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう	リンゴ	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 青のり 塩
18	水		ヨーグルト 麦茶		厚揚げチャンプルー	豚肉 厚揚げ 卵 玉葱 人参 しめじ もやし ニラ ごま油 鶏がらスープの素 醤油 塩こしょう	☆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	キウイ	シュガーラスク 牛乳	食パン バター グラニュー糖
19	木		ちりめん 牛乳		南瓜の クリームシチュー	鶏肉 南瓜 玉葱 人参 しめじ アスパラ シチュールー スキムミルク	昆布煮	刻み昆布 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 煮干だし	バナナ	五平もち 麦茶	米 油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク ごま
20	金		リンゴ 麦茶		ジャーマンオムレツ	卵 牛ミンチ 玉葱 人参 じゃが芋 グリンピース 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	海苔チーズ納豆	納豆 刻み海苔 粉チーズ ほうれん草 砂糖 醤油	オレンジ	きなこホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス きなこ 小豆缶 豆乳 スキムミルク バター
21	土		バナナ 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 ソース 塩こしょう	わかめスープ	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	菓子 牛乳	菓子
23	月		キウイ 麦茶		カラフル麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 生姜 ニンニク 玉葱 人参 茄子 赤パプリカ 黄パプリカ 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉	三色ナムル	小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま油	リンゴ	ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
24	火		オレンジ 牛乳		お麩入り親子丼	鶏肉 卵 麩 玉葱 人参 しめじ かまぼこ 葱 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干だし	ブロッコリーの ごま和え	ブロッコリー 人参 油揚げ 砂糖 醤油 ごま	バナナ	おなかチーズおにぎり 麦茶	米 かつお節 チーズ 醤油
25	水		ヨーグルト 麦茶		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 ピーマン ごま油 鶏がらスープの素 醤油 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	キウイ	☆野菜スティック 牛乳	胡瓜 人参 マヨネーズ 味噌 砂糖
26	木		ちりめん 牛乳		骨太卵焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 切干大根 しめじ ピーマン 油 砂糖 醤油 塩こしょう スキムミルク 粉チーズ	レパールのケチャップ煮	鶏レパール 生姜 玉葱 人参 グリンピース ケチャップ コンソメ 砂糖	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
27	金		キウイ 麦茶		ビーンズカレー	牛肉 大豆 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 いんげん 油 カレールー スキムミルク	アスパラサラダ	アスパラ 人参 キャベツ コーン缶 ツナ缶 マヨネーズ 醤油 スキムミルク 塩こしょう	オレンジ	絞り出しクッキー 牛乳	小麦粉 卵 バター 砂糖
28	土		バナナ 牛乳		わかめうどん	鶏肉 玉葱 人参 しめじ わかめ 葱 うどん麺 鶏がらスープの素 醤油 みりん 煮干だし	黒ごまさつま	さつま芋 砂糖 醤油 黒ごま	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
30	月		チーズ 麦茶		☆鯛の南蛮漬け	鯛 塩こしょう 片栗粉 小麦粉 油 玉葱 胡瓜 赤パプリカ 砂糖 醤油 酢	☆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 ごま	キウイ	ふんわりきなこ 牛乳	麩 バター きなこ 砂糖
31	火		リンゴ 牛乳		豆乳肉団子スープ	豚ミンチ 鶏ミンチ 生姜 塩こしょう 片栗粉 玉葱 人参 しめじ 豆腐 青梗菜 葱 豆乳 鶏がらスープの素 醤油 みりん	おなかひじきキャベツ	ひじき キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 かつお節	バナナ	☆お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 醤油 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