

平成24年2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		牛乳	肉じゃが	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 厚揚げ ごぼう いんげん 油 砂糖 醤油	白菜のごま酢和え	白菜 人参 レタス ちくわ ごま 砂糖 醤油 酢	キャラットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 豆乳 人参 バター 砂糖
2	木		牛乳	鯖の味噌煮	鯖 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒 人参 煮干	野菜ソテー すまし汁	ベーコン キャベツ 人参 生椎茸 ピーマン 玉葱 油 醤油 コンソメ 豆腐 わかめ えのき 葱 薄口醤油 出し昆布 かつお節	餃子の皮の包み揚げ 牛乳	餃子の皮 バナナ チーズ 油
3	金		牛乳	おにライスカレー	米 ハム 玉葱 人参 塩こしょう ケチャップ コンソメ 油 卵 牛乳 グリンピース とんがりコーン 豚挽肉 大豆 玉葱 人参 ピーマン じゃが芋 カレールー スキムミルク	ささみのサラダ	ささみ 胡瓜 人参 キャベツ マヨネーズ 醤油 ごま	豆菓子・おにまんじゅう 牛乳	さつま芋 薄力粉 B・P 塩 砂糖 スキムミルク 豆乳
4	土		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 煮干	南瓜煮	南瓜 砂糖 醤油 煮干	菓子 牛乳	菓子
6	月		ヨーグルト	鶏肉とかぶの煮物	鶏肉 かぶ 人参 厚揚げ 生椎茸 こんにゃく いんげん 砂糖 醤油 みりん 煮干	春雨の酢の物	春雨 ハム キャベツ 人参 胡瓜 砂糖 酢 醤油	★パン粉クッキー 牛乳	パン粉 小麦粉 B・P スキムミルク バター 砂糖 卵 レーズン
7	火		牛乳	ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 じゃが芋 ピーマン マカロニ ケチャップ 醤油 コンソメ	三色和え	ほうれん草 人参 もやし 砂糖 醤油	五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 油 ごま
8	水		牛乳	冬野菜シチュー	鶏肉 玉葱 人参 かぶ じゃが芋 しめじ ほうれん草 シチュールー スキムミルク	ドレッシング和え	レタス ハム 胡瓜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 油	ピザトースト 牛乳	食パン ツナ缶 玉葱 ピーマン 油 ピザソース チーズ パセリ
9	木		牛乳	麻婆豆腐	豚挽肉 豆腐 玉葱 人参 生椎茸 葱 ニンニク 生姜 砂糖 味噌 醤油 片栗粉	★金平れんこん	れんこん 人参 糸こんにゃく いんげん ごま油 砂糖 醤油 ごま	メープルポテト 牛乳	さつま芋 油 メープルシロップ 黒ごま
10	金		牛乳	魚の甘酢あんかけ	さば 塩こしょう 片栗粉 玉葱 人参 ピーマン 干し椎茸 筍 油 砂糖 醤油 酢	大根サラダ	大根 胡瓜 人参 ハム マヨネーズ スキムミルク	★いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
13	月		ヨーグルト	ポークピカタ	豚ヒレ肉 塩こしょう 卵 パセリ 小麦粉 ブロッコリー	★わかめソテー コンソメスープ	わかめ ちりめん 人参 キャベツ しめじ 油 醤油 玉葱 人参 白菜 葱 コンソメ 醤油	ポパイ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク ほうれん草 チーズ 牛乳
14	火		牛乳	牛肉の柳川風	牛肉 卵 玉葱 人参 ごぼう しめじ 糸こんにゃく 葱 砂糖 醤油 酒 煮干	小松菜のナムル	小松菜 人参 もやし 砂糖 酢 醤油 ごま油	★パリンパリンせんべい 牛乳	小麦粉 砂糖 白ごま 黒ごま ちりめん 桜えび 油
15	水		牛乳	鮭のフライ タルタルソース	さけ 塩こしょう 小麦粉 卵 パン粉 油 卵 玉葱 パセリ マヨネーズ スキムミルク 酢 砂糖	キャベツとウインナー のソテー	ウインナー キャベツ エリンギ 人参 油 コンソメ 塩こしょう	かぼちゃのチーズケーキ 牛乳	南瓜 クリームチーズ 生クリーム 砂糖 プレーンヨーグルト 小麦粉 卵 レモン汁
16	木		牛乳	豚肉と豆腐の炒め物	豚肉 豆腐 もやし 玉葱 人参 エリンギ 卵 葱 ごま油 醤油 塩こしょう	レバー煮	鶏レバー 生姜 ニラ 人参 糸こんにゃく 砂糖 醤油	里芋ごはん 麦茶	米 里芋 人参 油揚げ 干し椎茸 砂糖 醤油 塩
17	金		牛乳	★根菜カレー	鶏肉 人参 玉葱 れんこん ごぼう じゃが芋 バター カレールー スキムミルク	★切干大根サラダ	切干大根 ツナ缶 人参 キャベツ 胡瓜 マヨネーズ ごま 削り節	スイートポテトパイ 牛乳	さつま芋 バター 砂糖 生クリーム パイシート 卵
18	土		牛乳	豚汁	豚肉 玉葱 人参 里芋 ごぼう 豆腐 干し椎茸 葱 味噌 煮干	ひじき煮	ひじき 油揚げ 人参 糸こんにゃく いんげん 油 砂糖 醤油	菓子 牛乳	菓子
20	月		牛乳	高野豆腐の卵とじ	鶏肉 玉葱 人参 高野豆腐 ニラ 卵 干し椎茸 砂糖 醤油	かぶの酢の物	かぶ 人参 胡瓜 砂糖 酢 醤油 ごま	あずきパウンド 牛乳	小豆缶 薄力粉 卵 バター B・P
21	火		ヨーグルト	大豆コロッケ	豚挽肉 大豆 じゃが芋 玉葱 人参 塩こしょう 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	フレンチサラダ	レタス ハム 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 砂糖 酢 油	きな粉フレンチトースト 牛乳	食パン 卵 牛乳 砂糖 バター きな粉 砂糖
22	水		牛乳	炒り豆腐	鶏挽肉 えび 豆腐 玉葱 人参 卵 生椎茸 かまぼこ いんげん 油 砂糖 醤油	★昆布煮	刻み昆布 人参 油揚げ 砂糖 醤油 煮干	★お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
23	木		牛乳	★根菜煮	牛肉 人参 里芋 れんこん ごぼう 大根 こんにゃく 干し椎茸 いんげん 砂糖 醤油	小松菜の卵とじ	小松菜 人参 油揚げ 卵 みりん 醤油	ドーナツ カルピス	ホットケーキミックス 卵 牛乳 砂糖 油 ココア 粉砂糖
24	金		牛乳	鯛の照り焼き	ぶり 生姜 砂糖 みりん 醤油 酒 油 ブロッコリー	和風サラダ 味噌汁	チシャ 人参 胡瓜 カニカマ 砂糖 酢 醤油 油 玉葱 人参 わかめ 葱 味噌 煮干	カスタードサンド 牛乳	食パン 卵 牛乳 バター 砂糖 小麦粉
25	土		牛乳	ミートスパゲティ	合挽肉 玉葱 人参 ピーマン スパゲティ バター ケチャップ 粉チーズ	ブロッコリーのごま和え	ブロッコリー 人参 コーン缶 ごま 砂糖 醤油	菓子 牛乳	菓子
27	月		ヨーグルト	肉豆腐	牛肉 焼き豆腐 玉葱 人参 しめじ えのき 糸こんにゃく 長葱 油 砂糖 醤油 みりん	かにの酢の物	かに缶 キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 酢 醤油	海おにぎり 麦茶	米 ちりめん かつお節 みりん 醤油
28	火		牛乳	団子汁	鶏肉 やせうま麺 玉葱 人参 油揚げ 里芋 白菜 干し椎茸 かまぼこ 葱 味噌 煮干	ほうれん草の納豆和え	ほうれん草 納豆 人参 砂糖 醤油 ごま	きなこボーロ 牛乳	ホットケーキミックス 卵黄 砂糖 牛乳 きな粉 片栗粉
29	水		牛乳	★ツナオムレツ	ツナ缶 卵 玉葱 人参 ピーマン 切干大根 バター 塩こしょう ケチャップ レタス	★ごぼうサラダ	ごぼう ハム 胡瓜 人参 マヨネーズ スキムミルク	かぼちゃサンド 牛乳	食パン 南瓜 砂糖 バター

★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