

平成24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	
1	火				クリームシチュー	鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ コーン 缶 グリンピース バター スキムミルク シチュールー	レバー煮	鶏レバー 生姜 糸こんにゃく ニラ 人参 砂糖 醤油 ごま		マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩
2	水				チンジャオロース	牛肉 ピーマン 赤ピーマン 人参 筍 エリンギ もやし 玉葱 ごま油 砂糖 酒 オイスターソース 片栗粉	マッシュポテト わかめスープ	じゃが芋 パセリ 塩こしょう わかめ 卵 葱 ごま 醤油 煮干		リンゴゼリー 麦茶	リンゴジュース 粉寒天 砂糖
7	月				豆腐の松風焼き	豚挽肉 豆腐 葱 玉葱 人参 パン粉 スキムミルク 卵 味噌 砂糖 ごま	★切干大根サラダ	切干大根 胡瓜 人参 ツナ缶 砂糖 酢 醤油 マヨネーズ ごま		スイートポテト 牛乳	さつま芋 バター 砂糖 生クリーム 卵
8	火		ヨーグルト		新じゃがのそぼろ煮	鶏ミンチ ごぼう 人参 玉葱 じゃが芋 生椎茸 グリンピース 油 砂糖 醤油 煮干	青菜の納豆和え	小松菜 人参 納豆 醤油 ごま		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
9	水				★桜えびとそら豆の かき揚げ	桜えび 人参 玉葱 そら豆 ごぼう コーン 缶 豆腐 卵 小麦粉 塩 油	ひじき煮	ひじき 人参 さつま揚げ 砂糖 醤油		キャロットチーズ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク 人参 チーズ 豆乳
10	木				ジャーマンオムレツ	牛挽肉 じゃが芋 人参 ピーマン 玉葱 卵 塩こしょう 砂糖 スキムミルク 油 ケチャップ	アスパラとちりめんの 酢の物	アスパラ ちりめん 胡瓜 人参 ごま 砂糖 酢 醤油		コーントースト 牛乳	食パン コーン 缶 マヨネーズ パセリ 塩こしょう
11	金				鯖の蒸し焼き	さわら 塩こしょう えのき しめじ 人参 玉葱 レモン汁 醤油 酒	若竹煮	筍 人参 じゃが芋 わかめ 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
12	土		菓子		春キャベツとじゃこの パスタ	ちりめん キャベツ 赤ピーマン 黄ピーマン 玉葱 エリンギ スパゲティ オリーブ油 ニンニク 塩こしょう	黒ごまかぼちゃ	南瓜 黒ごま 砂糖 醤油 煮干		菓子 牛乳	菓子
14	月				卵のグラタン	卵 ベーコン 玉葱 人参 じゃが芋 ほうれん草 しめじ 小麦粉 バター 牛乳 チーズ	スナップエンドウの 味噌マヨ和え	スナップエンドウ キャベツ 人参 味噌 マヨネーズ ごま		さつま芋団子 牛乳	さつま芋 白玉粉 きな粉 砂糖 塩
15	火				魚のムニエル トマトソース	さわら 塩こしょう バター トマト 玉葱 ケチャップ	中華和え	胡瓜 焼き豚 チシャレタス もやし 人参 砂糖 酢 醤油 ごま油		かぼちゃボール 牛乳	小麦粉 南瓜 B・P スキムミルク 砂糖 バター 油
16	水		ちりめん 牛乳		★和風オムレツ	卵 ツナ缶 切干大根 ひじき 人参 玉葱 干し椎茸 いんげん 油 スキムミルク 砂糖 醤油	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		五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 油 ごま
17	木				ポテトコロケ	じゃが芋 豚挽肉 玉葱 人参 グリンピース スキムミルク 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	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		ジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム マーメイドジャム
18	金		ヨーグルト		ビーンズカレー	牛肉 大豆 玉葱 人参 じゃが芋 ピーマン スキムミルク 油 カレールー	★ごぼうサラダ	ごぼう 胡瓜 ちくわ 人参 コーン 缶 マヨネーズ ごま		マーブルケーキ 牛乳	小麦粉 B・P スキムミルク 卵 砂糖 バター ココア
19	土		菓子		親子丼	鶏肉 卵 人参 玉葱 かまぼこ しめじ 葱 醤油 みりん 煮干	ほうれん草のおかか和え	ほうれん草 人参 油揚げ 削り節 砂糖 醤油		菓子 牛乳	菓子
21	月				春野菜のポトフ	ベーコン ウィナー 玉葱 人参 じゃが芋 スナップエンドウ キャベツ パセリ セロリー 醤油 コンソメ	ニラの卵とじ	ニラ 卵 油揚げ 人参 油 砂糖 醤油		海おにぎり 麦茶	米 ちりめん かつお節 みりん 醤油
22	火		ヨーグルト		魚の南蛮漬け	さば 塩こしょう 玉葱 人参 胡瓜 片栗粉 小麦粉 油 砂糖 醤油 酢	小松菜の煮びたし	小松菜 人参 厚揚げ 油 砂糖 醤油		きなこフレンチトースト 牛乳	食パン 卵 牛乳 砂糖 バター きな粉 砂糖
23	水				タンドリーチキン	鶏肉 塩こしょう 玉葱 ニンニク カレー粉 醤油 プレーンヨーグルト	野菜の オーロラソース和え	ブロッコリー じゃが芋 アスパラ 人参 マヨネーズ ケチャップ		★ごぼうチップス 牛乳	ごぼう 片栗粉 油 塩 青のり
24	木				★ひじきと大豆の煮物	鶏肉 大豆 ひじき 人参 ごぼう れんこん こんにゃく 厚揚げ 干し椎茸 いんげん 油 砂糖 醤油 煮干	五目納豆	納豆 人参 ちりめん ニラ 刻み海苔 醤油		チーズケーキパー 牛乳	ホットケーキミックス クリームチーズ レモン汁 グラニュー糖 卵 牛乳
25	金		ちりめん 牛乳		高野豆腐の卵とじ	高野豆腐 卵 豚肉 玉葱 人参 干し椎茸 かまぼこ 葱 ごま油 砂糖 醤油	★昆布煮	刻み昆布 人参 油揚げ 油 砂糖 醤油		芋ようかん 牛乳	さつま芋 粉寒天 砂糖 塩
26	土		菓子		五目ビーフン	豚肉 玉葱 人参 ピーマン キャベツ 筍 干し椎茸 ビーフン 油 塩こしょう 醤油	中華スープ	ニラ 卵 豆腐 生椎茸 ごま油 醤油 煮干		菓子 牛乳	菓子
28	月				千草焼き	鶏ミンチ 卵 玉葱 人参 ピーマン 油 砂糖 醤油	春雨の酢の物	春雨 ハム 人参 胡瓜 卵 砂糖 醤油 酢 ごま		★いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
29	火		ヨーグルト		いわしバーグ	いわしミンチ 人参 玉葱 豆腐 卵 パン粉 葱 生姜 青のり 醤油 油 スキムミルク	★五目きんぴら	ごぼう 人参 れんこん 糸こんにゃく いんげん ごま油 砂糖 醤油 ごま		バナナマフィン 牛乳	小麦粉 B・P 卵 砂糖 バター バナナ
30	水				とり天	鶏肉 生姜 ニンニク 薄口醤油 酒 小麦粉 卵 油	ブロッコリーのごま和え 味噌汁	ブロッコリー 人参 コーン 缶 砂糖 醤油 ごま 豆腐 玉葱 葱 味噌 煮干		かぼちゃサンド 牛乳	食パン 南瓜 砂糖 バター
31	木				★牛肉の柳川風煮	牛肉 卵 玉葱 人参 糸こんにゃく ごぼう かまぼこ グリンピース 砂糖 醤油 みりん 煮干	ほうれん草のナムル	ほうれん草 もやし 人参 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま		田舎おにぎり 麦茶	米 油揚げ 小松菜 油 みりん 醤油

★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