

平成24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	
1	水		ヨーグルト		トマト入りオムレツ	ベーコン 卵 玉葱 人参 トマト しめじ ピーマン ニンニク スキムミルク 油 コンソメ 塩こしょう	★切干大根サラダ	切干大根 ハム キャベツ 胡瓜 人参 マヨネーズ ごま 削り節		はりはり蒸しパン 牛乳	さつまいも 薄力粉 スキムミルク 豆乳 B・P 砂糖 塩
2	木		牛乳		カレー肉じゃが	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 厚揚げ 生椎茸 いんげん 油 砂糖 醤油 カレー粉	高野豆腐のマリネ	高野豆腐 人参 もやし 胡瓜 砂糖 酢 醤油		きなこドーナツ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 豆腐 油 きな粉 砂糖
3	金		牛乳		鮭のレモン焼き	さけ 生姜 醤油 レモン汁 葱 油	ニラ玉	卵 ニラ 人参 ちりめん 油 砂糖 醤油		★野菜スティック 牛乳	胡瓜 人参 セロリ (マヨネーズ 味噌)
4	土		牛乳		ナポリタンスパゲティ	ベーコン 玉葱 人参 ピーマン しめじ スパゲティ バター ケチャップ ソース	夏野菜スープ	南瓜 キャベツ 玉葱 人参 コンソメ 出し昆布		菓子 牛乳	菓子
6	月		牛乳		肉かぼちゃ	牛肉 南瓜 玉葱 人参 ごぼう 厚揚げ 糸こんにゃく いんげん 油 砂糖 醤油 酒	オクラ納豆	オクラ 納豆 人参 醤油 削り節		ハムチーズパン 牛乳	食パン ハム チーズ 卵 牛乳 砂糖 パター
7	火		牛乳		★和風オムレツ	鶏ミンチ 卵 切干大根 ひじき 玉葱 人参 干し椎茸 いんげん スキムミルク 油 砂糖 醤油	三色ナムル	ほうれん草 もやし 人参 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま		パインケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク パイン缶 レーズン 卵
8	水		ヨーグルト		鶏肉のさっぱり煮	鶏肉 じゃが芋 玉葱 人参 いんげん 生姜 酢 砂糖 醤油	★レンコンサラダ	れんこん 胡瓜 人参 ちりめん マヨネーズ 醤油 ごま		★いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
9	木		牛乳		鯖の竜田揚げ	さば 生姜 酒 醤油 みりん 片栗粉 油	ジャーマンポテト 冬瓜スープ	ベーコン じゃが芋 コーン缶 塩こしょう 冬瓜 豆腐 オクラ えのき 塩 醤油 出し昆布 かつお節		おふスナック 牛乳	麩 ごま油 塩 青のり
10	金		牛乳		大豆と鶏肉のトマト煮	鶏肉 大豆 玉葱 人参 じゃが芋 トマト ピーマン トマトホール缶 油 醤油 コンソメ	オクラのドレッシング和え	オクラ 胡瓜 レタス 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 油		かぼちゃクッキー 牛乳	南瓜 薄力粉 バター 砂糖 卵 スキムミルク
11	土		牛乳		冷やし中華	ハム 卵 トマト 胡瓜 人参 干し椎茸 中華麺 砂糖 醤油 酢 ごま油	南瓜煮	南瓜 砂糖 醤油 煮干		菓子 牛乳	菓子
13	月		ちりめん 牛乳		ハヤシライス	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 しめじ ピーマン バター スキムミルク ハヤシルー	マカロニサラダ	マカロニ 胡瓜 人参 ハム コーン缶 マヨネーズ		ホワイトポンチ 麦茶	バナナ みかん缶 黄桃缶 牛乳 カルピス
14	火		ヨーグルト		ふわふわ丼	鶏ミンチ 卵 豆腐 玉葱 人参 ごぼう 葱 油 砂糖 醤油 煮干	春雨の酢の物	春雨 ハム 胡瓜 人参 砂糖 酢 醤油		キャロットケーキ 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
15	水		牛乳		麻婆なす	豚挽肉 なす 玉葱 人参 ピーマン 干し椎茸 葱 生姜 ニンニク ごま油 砂糖 醤油 味噌 片栗粉	★いんげんのごま和え	いんげん 切干大根 人参 砂糖 醤油 ごま		ポップコーン 牛乳	乾燥とうもろこし バター 塩
16	木		牛乳		ひじき入りかに玉	卵 玉葱 人参 筍 かに缶 ひじき 干し椎茸 スキムミルク 砂糖 醤油 片栗粉	ささみのしそ風味和え	ささみ 胡瓜 人参 しそ 砂糖 醤油 レモン汁 ごま油 ごま		★カルシウムかりんとう 牛乳	小麦粉 B・P 砂糖 バター スキムミルク わかめ 人参 ごま油
17	金		牛乳		夏野菜カレー	豚肉 玉葱 人参 南瓜 ピーマン なす ズッキーニ バター スキムミルク カレールー	★ごぼうサラダ	ごぼう 胡瓜 人参 ツナ缶 コーン缶 マヨネーズ ごま		アイスクリーム 麦茶	アイスクリーム コーンフレーク
18	土		牛乳		鶏ごぼう丼	鶏肉 卵 玉葱 人参 ごぼう えのき 糸こんにゃく 葱 油 砂糖 みりん 醤油 煮干	胡瓜のゆかり和え	胡瓜 人参 コーン缶 ゆかり 醤油		菓子 牛乳	菓子
20	月		牛乳		摘み入れ汁	いわしミンチ 生姜 酒 片栗粉 豆腐 玉葱 人参 小松菜 油揚げ 葱 味噌 煮干	厚揚げのおかか煮	厚揚げ 玉葱 人参 いんげん 油 砂糖 醤油 削り節		かぼちゃサンド 牛乳	食パン 南瓜 砂糖 バター
21	火		牛乳		ちりめん入り卵焼き	卵 ちりめん 玉葱 人参 ピーマン 葱 油 スキムミルク 砂糖 醤油	★ひじき金平	ひじき ごぼう 人参 さつまいも揚げ 油 砂糖 醤油		きなこプリン 麦茶	牛乳 豆乳 砂糖 きな粉 ゼラチン 黒みつ
22	水		ヨーグルト		★大豆と昆布の煮物	鶏肉 大豆 人参 厚揚げ ごぼう 刻み昆布 れんこん 干し椎茸 こんにゃく いんげん 砂糖 醤油	海苔チーズ納豆	納豆 人参 海苔 粉チーズ 醤油		★バナナブレッド 牛乳	強力粉 B・P スキムミルク バター 砂糖 塩 卵 牛乳 バナナ
23	木		牛乳		鶏肉の香味揚げ	鶏肉 生姜 ニンニク 醤油 片栗粉 小麦粉 油 長葱 酢 砂糖 醤油 ごま油	ほうれん草のおかか和え	ほうれん草 もやし 人参 砂糖 醤油 削り節		コートrost 牛乳	食パン コーン缶 マヨネーズ パセリ 塩こしょう
24	金		ちりめん 牛乳		いわしハンバーグ	いわしミンチ 豚挽肉 生姜 葱 豆腐 卵 玉葱 人参 パン粉 砂糖 醤油 塩こしょう ケチャップ	野菜炒め	ウインナー キャベツ 玉葱 人参 ピーマン コーン缶 油 醤油 塩こしょう		黒棒 牛乳	黒砂糖 卵 塩 重曹 小麦粉
25	土		牛乳		五目ビーフン	豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン かまぼこ ビーフン ごま油 醤油 ソース	わかめスープ	わかめ 人参 コーン缶 葱 ごま 醤油 鶏ガラスープの素 煮干		菓子 牛乳	菓子
27	月		牛乳		けんちん煮	鶏肉 豆腐 里芋 ごぼう 大根 人参 こんにゃく 葱 砂糖 醤油 煮干	★砂ずりの甘酢和え	砂ずり 生姜 胡瓜 人参 わかめ 砂糖 醤油 酢		★お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
28	火		牛乳		★れんこん入り 松風焼き	鶏ミンチ 豆腐 れんこん 玉葱 人参 葱 干し椎茸 卵 パン粉 味噌 砂糖 醤油 ごま	レタスと焼き豚のサラダ	焼き豚 レタス 胡瓜 人参 砂糖 酢 醤油		メープルサンド 牛乳	食パン バター メープルシロップ
29	水		ヨーグルト		鯖の味噌煮	さば 生姜 酒 味噌 砂糖 醤油 みりん 煮干 人参	★五目金平	ごぼう 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		サモサ 牛乳	じゃが芋 豚挽肉 玉葱 人参 餃子の皮 カレー粉 油
30	木		牛乳		鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉 マーマレード 醤油 油	ブロッコリーサラダ かき玉汁	ブロッコリー ハム 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ 卵 玉葱 ほうれん草 葱 薄口醤油 煮干		★コーンフレークケーキ 牛乳	コーンフレーク マシュマロ バター
31	金		ちりめん 牛乳		なすのミートグラタン	合挽肉 なす 玉葱 人参 トマトホール缶 しめじ スキムミルク 塩こしょう ケチャップ コンソメ 小麦粉 油 チーズ	フレンチサラダ	レタス 胡瓜 ハム 人参 コーン缶 砂糖 酢 醤油 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

★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