

平成24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	牛乳のおやつ 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	土	  	牛乳	カレーきつねうどん	豚肉 油揚げ 玉葱 人参 干し椎茸 葱 うどん 麺 豆乳 カレールー 煮干	さつま芋のレモン煮	さつま芋 レモン汁 砂糖 	菓子 牛乳	菓子
3	月	  	牛乳	チンジャオロース風	牛肉 じゃが芋 人参 ピーマン 黄ピーマン 玉葱 ごま油 オイスターソース 砂糖 醤油 片栗粉	胡瓜とトマトのごま和え	胡瓜 トマト 砂糖 醤油 ごま油 ごま 	★カルシウムラスク 牛乳	食パン バター 粉チーズ 青のり ごま
4	火	  	牛乳	★鶏肉のクリスピー揚げ	鶏肉 醤油 酒 小麦粉 卵 クラッカー パン粉 油	ポテトサラダ	じゃが芋 ハム 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ 	にんじんやせうま 牛乳	人参 小麦粉 きな粉 砂糖 塩
5	水	  	ヨーグルト	豆腐と青菜の チャンプルー	豆腐 豚肉 人参 玉葱 もやし 青梗菜 卵 ごま油 醤油 鶏ガラスープの素	★めかぶ納豆	納豆 めかぶ 人参 醤油 削り節 ごま 	さつま芋のガレット 牛乳	さつま芋 小麦粉 スキムミルク 砂糖 B・P バター 牛乳 卵
6	木	  	牛乳	鮭のマヨネーズ焼き	さけ 塩こしょう 玉葱 マッシュルーム パセリ マヨネーズ 油	南瓜煮 すまし汁	南瓜 砂糖 醤油 煮干 豆腐 人参 えのき 葱 醤油 出し昆布 かつお節	ソーセージ蒸しパン 牛乳	ホットケーキミックス ウイニー 卵 牛乳 ごま油 葱
7	金	  	牛乳	トマト入り麻婆豆腐	豚挽肉 ニンニク 生姜 玉葱 人参 筍 トマト 豆腐 葱 油 砂糖 醤油 味噌 片栗粉	★五目きんぴら	ごぼう れんこん 人参 ピーマン 糸こんにゃく ごま油 砂糖 醤油 ごま 	★切干大根おにぎり 麦茶	米 切干大根 ベーコン 醤油 酒 塩 ごま
8	土	  	牛乳	親子丼	鶏肉 卵 玉葱 人参 かまぼこ しめじ 葱 醤油 みりん 煮干	胡瓜とわかめの酢の物	胡瓜 わかめ 人参 ちりめん 砂糖 酢 醤油 ごま 	菓子 牛乳	菓子
10	月	  	牛乳	えびとマカロニグラタン	鶏肉 えび マカロニ 玉葱 人参 ほうれん草 塩こしょう スキムミルク コンソメ バター 小麦粉 牛乳 粉チーズ	ひじきサラダ	ひじき 砂糖 醤油 胡瓜 人参 カニカマ レタス マヨネーズ 	★きなこラスク 牛乳	フランスパン バター きな粉 砂糖
11	火	  	ヨーグルト	★大豆の五目煮	大豆 鶏肉 ごぼう 人参 れんこん こんにゃく 刻み昆布 いんげん 油 砂糖 醤油	千草和え	いか 人参 胡瓜 キャベツ 卵 油揚げ 砂糖 醤油 酢 ごま 	かぼちゃ団子 牛乳	南瓜 白玉粉 スキムミルク 砂糖 醤油 塩
12	水	  	牛乳	鯡のごま焼き	あじ 塩こしょう 小麦粉 ごま油 ごま	マッシュポテト わかめスープ	じゃが芋 人参 コーン缶 パセリ 塩こしょう ベーコン わかめ 玉葱 葱 醤油 鶏ガラスープの素	ツナサンド 牛乳	食パン ツナ缶 胡瓜 玉葱 マヨネーズ
13	木	  	牛乳	高野豆腐とチーズの 炒り卵	卵 高野豆腐 玉葱 人参 小松菜 生椎茸 チーズ 油 砂糖 醤油	★砂ずりの甘酢和え	砂ずり 生姜 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 酢 醤油 	ひじきおにぎり 麦茶	米 ひじき 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 酒 油
14	金	  	牛乳	鶏の南蛮漬け	鶏肉 塩こしょう 小麦粉 片栗粉 油 人参 玉葱 胡瓜 砂糖 酢 醤油 レモン汁	青梗菜とツナの炒め物	青梗菜 人参 ツナ缶 しめじ 油 砂糖 醤油 	みそまんじゅう 牛乳	小麦粉 スキムミルク 重曹 味噌 牛乳 砂糖 卵
15	土	  	牛乳	ポトフ	ウイニー ベーコン 玉葱 キャベツ しめじ 人参 じゃが芋 トマトホール缶 醤油 コンソメ	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー 人参 ツナ缶 コーン缶 マヨネーズ 	菓子 牛乳	菓子
18	火	  	ヨーグルト	すき焼き風煮	牛肉 焼き豆腐 じゃが芋 ごぼう 大根 白菜 人参 えのき 糸こんにゃく 葱 油 砂糖 醤油	春雨の酢の物	春雨 ハム 胡瓜 人参 わかめ 砂糖 酢 醤油 ごま 	★コーンフ레이크クッキー 牛乳	小麦粉 コーンフ레이크 バター 卵 砂糖
19	水	  	牛乳	ポークカレー	豚肉 玉葱 人参 しめじ ピーマン じゃが芋 バター スキムミルク カレールー	シーザーサラダ	ベーコン レタス 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ 酢 粉チーズ 	ブラウニー 牛乳	小麦粉 B・P スキムミルク ココア 卵 砂糖 マーマレード バター
20	木	  	牛乳	鯛の照り焼き	ぶり 生姜 砂糖 醤油 みりん	ほうれん草のごま和え 味噌汁	ほうれん草 人参 もやし 砂糖 醤油 海苔 ごま 豆腐 玉葱 油揚げ 葱 味噌 煮干	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
21	金	  	牛乳	チキンのトマトソース	鶏肉 塩こしょう 玉葱 トマト ケチャップ 油 パセリ	★昆布とれんこんのきんぴら	刻み昆布 れんこん 人参 いんげん 油 砂糖 醤油 煮干 	田舎おにぎり 麦茶	米 油揚げ 大根葉 油 みりん 醤油
24	月	  	牛乳	豚肉の味噌炒め	豚肉 厚揚げ なす 玉葱 人参 エリンギ ピーマン パブリカ 油 味噌 砂糖 醤油	五目納豆	納豆 ニラ ちりめん 人参 海苔 ごま 砂糖 醤油 	スイートポテト 牛乳	さつま芋 バター 砂糖 生クリーム 卵
25	火	  	ヨーグルト	ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 じゃが芋 ピーマン しめじ トマト 油 ケチャップ 醤油 コンソメ	かぼちゃサラダ	南瓜 ハム 人参 ブロッコリー チーズ マヨネーズ 	きな粉クッキー 牛乳	小麦粉 B・P スキムミルク きな粉 バター 砂糖 卵
26	水	  	牛乳	かに玉	卵 かに缶 玉葱 人参 筍 干し椎茸 いんげん ごま油 スキムミルク 砂糖 醤油 片栗粉	そぼろ煮	鶏ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 油 砂糖 醤油 煮干 	★鮭とわかめのおにぎり 麦茶	米 鮭フレーク わかめ ごま
27	木	  	牛乳	★いわしの満点揚げ	いわしミンチ 生姜 葱 ちりめん 豆腐 さつま芋 ごぼう 卵 ごま みりん 味噌 醤油 片栗粉 青のり 油	中華サラダ	焼き豚 チシャ もやし 胡瓜 人参 春雨 砂糖 酢 醤油 ごま油 	カスタードサンド 牛乳	食パン 卵 牛乳 バター 砂糖 小麦粉 みかん缶
28	金	  	牛乳	きのこのシチュー	鶏肉 玉葱 人参 舞茸 エリンギ しめじ 白菜 じゃが芋 グリーンピース バター スキムミルク シチュールー	ピーマンのじゃこ炒め	ピーマン 人参 わかめ ちりめん コーン缶 油 砂糖 醤油 ごま 	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
29	土	  	牛乳	肉味噌スパゲティ	豚挽肉 人参 玉葱 もやし グリンピース スパゲティ 醤油 みりん 味噌	かき玉汁	玉葱 人参 しめじ 卵 葱 醤油 煮干 	菓子 牛乳	菓子

★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