

平成25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
☆子どもの日の集い☆									
1	水		チーズ 牛乳						
2	木		キウイ 牛乳	豚肉の味噌炒め	豚肉 玉葱 人参 もやし 厚揚げ 生椎茸 筍 葱 油 砂糖 醤油 味噌	青菜の納豆和え	小松菜 納豆 人参 砂糖 醤油 ごま	リンゴ	★お好みごはん 麦茶 米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
7	火		バナナ 牛乳	春野菜の クリームシチュー	鶏肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 グリンピース バター スキムミルク クリームコーン缶 シチュールー	アスパラとトマトの ごま和え	アスパラ トマト レタス 砂糖 醤油 ごま	オレンジ	かぼちゃサンド 牛乳 食パン 南瓜 砂糖 バター
8	水		リンゴ 牛乳	豆腐のまさご揚げ	豆腐 鶏ミンチ えび 人参 玉葱 生椎茸 ちりめん スキムミルク 卵 生姜 醤油 片栗粉 油	★昆布煮	刻み昆布 人参 れんこん いんげん 油 砂糖 醤油 煮干	ミニ トマト	バナナビスケット 牛乳 ホットケーキミックス バナナ レモン汁 バター 卵黄 スキムミルク
9	木		ちりめん 牛乳	★筑前煮	鶏肉 人参 ごぼう れんこん こんにゃく 里芋 厚揚げ 干し椎茸 いんげん 油 砂糖 醤油 煮干	ひじきサラダ	ひじき 砂糖 醤油 胡瓜 人参 ハム レタス マヨネーズ	キウイ	二色おにぎり 麦茶 米 豚ミンチ 砂糖 醤油 コーン缶 塩 ごま
10	金		ヨーグルト	鯖のムニエル トマトソース	さわら 塩こしょう パートマト 玉葱 油 ケチャップ	春キャベツと ウインナーのソテー	キャベツ 人参 ウイニー ピーマン コーン缶 醤油 塩こしょう	リンゴ	★きなこラスク 牛乳 フランスパン バター きな粉 砂糖
11	土		オレンジ 牛乳	きつねうどん	鶏肉 油揚げ 玉葱 人参 干し椎茸 かまぼこ どん麺 葱 砂糖 醤油 煮干	和風サラダ	ツナ缶 わかめ 胡瓜 レタス 人参 砂糖 酢 醤油	チーズ	菓子 牛乳 菓子
13	月		バナナ 牛乳	鶏肉のマーメレード焼き	鶏肉 マーメレード 醤油 みりん 油	ブロッコリーのおかか和え 味噌汁	ブロッコリー コーン缶 カニカマ 砂糖 醤油 削り節 豆腐 玉葱 人参 葱 味噌 煮干		さつま芋のホットケーキ 牛乳 ホットケーキミックス スキムミルク 卵 豆乳 さつま芋 バター
14	火		リンゴ 牛乳	★レンコンバーグ	豚ミンチ 豆腐 れんこん 玉葱 人参 塩こしょう 卵 パン粉 スキムミルク 油 ケチャップ	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 もやし 味噌 マヨネーズ	いちご	★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
15	水		オレンジ 牛乳	骨太卵焼き	鶏ミンチ 卵 ひじき ちりめん 玉葱 人参 いんげん スキムミルク 油 砂糖 醤油	春雨の酢の物	春雨 ハム 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	ミニ トマト	ジャムチーズサンド 牛乳 食パン クリームチーズ いちごジャム
16	木		ヨーグルト	鯖の味噌煮	さば 生姜 砂糖 味噌 醤油 みりん 酒 煮干 人参	★五目きんぴら	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 ごま	キウイ	かぼちゃようかん 牛乳 南瓜 粉寒天 砂糖 塩
17	金		ちりめん 牛乳	大豆カレー	大豆 鶏肉 玉葱 人参 ピーマン じゃが芋 油 スキムミルク カレールー	花野菜の オーロラソース和え	ブロッコリー カリフラワー 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ ケチャップ	いちご	メープルマフィン 牛乳 ホットケーキミックス バター 砂糖 卵 豆乳 メープルシロップ コーンフレーク
18	土		バナナ 牛乳	春野菜のポトフ	ベーコン ウイニー 玉葱 人参 キャベツ じゃが芋 セロリ スナップエンドウ パセリ 醤油 コンソメ	高野豆腐のマリネ	高野豆腐 人参 もやし 胡瓜 砂糖 酢 醤油	オレンジ	菓子 牛乳 菓子
20	月		オレンジ 牛乳	麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 筍 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	小松菜の磯和え	小松菜 人参 もやし ちりめん 海苔 砂糖 醤油	リンゴ	★やさいスティック 牛乳 胡瓜 人参 セロリ マヨネーズ 味噌
21	火		リンゴ 牛乳	魚のお好み焼き	いわしミンチ 生姜 キャベツ 人参 長葱 卵 砂糖 醤油 油 スキムミルク ソース 青のり	若竹煮	わかめ 筍 鶏肉 人参 じゃが芋 砂糖 醤油 煮干	ミニ トマト	きなこボーロ 牛乳 ホットケーキミックス スキムミルク 卵黄 砂糖 牛乳 きな粉 片栗粉
22	水		バナナ 牛乳	とり天	鶏肉 生姜 ニンニク 醤油 酒 小麦粉 卵 油	★筍サラダ コンソメスープ	筍 キャベツ 胡瓜 人参 ハム マヨネーズ 醤油 削り節 玉葱 南瓜 パセリ コンソメ 醤油		石垣もち 牛乳 さつま芋 小麦粉 B・P 塩 砂糖
23	木		キウイ 牛乳	卵のグラタン	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 ほうれん草 スキムミルク 小麦粉 バター 牛乳 パン粉 粉チーズ	アスパラソテー	アスパラ ベーコン 玉葱 人参 コーン缶 醤油 塩こしょう	オレンジ	じゃこおにぎり 麦茶 米 ちりめん 人参 油 ごま 醤油
24	金		ヨーグルト	★ひじきと大豆の煮物	大豆 鶏肉 ひじき 人参 ごぼう れんこん こんにゃく 厚揚げ 干し椎茸 絹さや 油 砂糖 醤油 煮干	胡瓜とわかめの酢の物	胡瓜 キャベツ わかめ 人参 ちくわ 砂糖 酢 醤油 ごま	リンゴ	あずきパウンド 牛乳 小豆 薄力粉 卵 バター B・P スキムミルク
25	土		オレンジ 牛乳	肉味噌スパゲティ	豚ミンチ 玉葱 人参 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 出し昆布 かつお節	バナナ	菓子 牛乳 菓子
27	月		チーズ 牛乳	ポパイオムレツ	卵 ベーコン ほうれん草 玉葱 人参 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	かぼちゃのそぼろ煮	南瓜 鶏ミンチ 玉葱 いんげん 砂糖 醤油 煮干	オレンジ	コーンtoast 牛乳 食パン クリームコーン缶 マヨネーズ パセリ 塩こしょう
28	火		バナナ 牛乳	ツナじゃが	ツナ缶 じゃが芋 玉葱 人参 厚揚げ 生椎茸 糸こんにゃく グリンピース 油 砂糖 醤油 酒 煮干	ちりめんの甘酢和え	ちりめん キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	キウイ	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 スキムミルク
29	水		オレンジ 牛乳	★牛肉の柳川風煮	牛肉 卵 ごぼう 玉葱 人参 かまぼこ 糸こんにゃく グリンピース 砂糖 醤油 みりん 煮干	ニラ納豆	納豆 ニラ 人参 醤油 削り節 ごま	リンゴ	★うどんかりんとう 牛乳 うどん麺 油 きな粉 砂糖 塩
30	木		ちりめん 牛乳	鮭の磯辺揚げ	さけ 塩 酒 小麦粉 青のり 油	五色ナムル	小松菜 キャベツ もやし 人参 黄ピーマン 砂糖 醤油 酢 ごま油	ミニ トマト	フルーツヨーグルト 麦茶 ヨーグルト バナナ みかん缶 黄桃缶
31	金		リンゴ 牛乳	ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ グリンピース 油 ケチャップ トマトホール缶 砂糖 醤油	★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 醤油 ごま	オレンジ	人参クッキー 牛乳 人参 薄力粉 バター 砂糖 卵 スキムミルク

★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