

平成25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	木	キウイ 牛乳		和風オムレツ	鶏ミンチ 卵 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	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	ミニ トマト	フルーツヨーグルト 麦茶	ヨーグルト パナナ みかん缶 黄桃缶
2	金	バナナ 牛乳		つるるん野菜チャイナ	豚肉 生姜 醤油 酒 人参 もやし 筍 ニラ 干し椎茸 春雨 卵 油 塩 こしょう 醤油	ポテトサラダ	じゃが芋 ハム 人参 胡瓜 コーン缶 マヨネーズ	スイカ	かぼちゃクッキー 牛乳	南瓜 薄力粉 スキムミルク バター 砂糖 卵
3	土	オレンジ 牛乳		冷やしそうめん	ハム 卵 トマト 胡瓜 人参 干し椎茸 そうめん 砂糖 醤油 ごま 出し昆布 かつお節	★ごぼうときのこの ソテー	ごぼう ベーコン しめじ 人参 ピーマン バター 醤油 塩 こしょう	チーズ	菓子 牛乳	菓子
5	月	ちりめん 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	パンプキンスープ	南瓜 玉葱 人参 クリーム コーン缶 牛乳 コンソメ パセリ	オレンジ	★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
6	火	キウイ 牛乳		チキンカツ	鶏肉 塩 こしょう 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ ソース	★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	ミニ トマト	スイートポテト 牛乳	さつま芋 バター 砂糖 生クリーム 卵
7	水	ヨーグルト		麻婆茄子	合挽肉 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	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	メロン	きなこポーロ 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
8	木	バナナ 牛乳		鯨の蒲焼き	あじ 片栗粉 油 砂糖 醤油 みりん	★オクラ納豆	オクラ めかぶ 納豆 人参 醤油 ごま	ミニ トマト	コートー 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
9	金	オレンジ 牛乳		すき焼き風煮	牛肉 焼き豆腐 じゃが芋 ごぼう 大根 玉葱 人参 えのき 糸こんにゃく 葱 油 砂糖 醤油	胡瓜とわかめの酢の物	胡瓜 わかめ 人参 キャベツ ちくわ 砂糖 酢 醤油 ごま	キウイ	★お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
10	土	チーズ 牛乳		ナポリタンスパゲティ	ウイナー 玉葱 人参 しめじ ピーマン トマト ホール缶 バター スパゲティ ケチャップ	夏野菜スープ	南瓜 玉葱 人参 オクラ 醤油 コンソメ 出し昆布	バナナ	菓子 牛乳	菓子
12	月	ヨーグルト		★ごぼう入り ハヤシライス	豚肉 玉葱 人参 しめじ ごぼう ピーマン じゃが芋 バター スキムミルク ハヤシルー	ささみの和え物	ささみ 胡瓜 人参 レタス 砂糖 醤油 レモン汁 ごま油 ごま	オレンジ	★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
13	火	キウイ 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	★切干大根サラダ	切干大根 胡瓜 人参 キャベツ ハム マヨネーズ	バナナ	おふすなック 牛乳	麩 ごま油 塩 青のり
14	水	オレンジ 牛乳		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	野菜ソテー	ウイナー キャベツ 人参 しめじ コーン缶 ピーマン 油 醤油 塩 こしょう	ミニ トマト	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	木	バナナ 牛乳		高野豆腐の卵とじ	豚肉 卵 高野豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 ニラ 油 砂糖 醤油 煮干	ツナサラダ	ツナ缶 わかめ 胡瓜 レタス 人参 砂糖 酢 醤油 油	キウイ	リンゴゼリー 麦茶	リンゴジュース 粉寒天 砂糖
16	金	ちりめん 牛乳		えびグラタン	えび 鶏肉 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 パン粉	★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	オレンジ	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
17	土	チーズ 牛乳		親子丼	鶏肉 卵 玉葱 人参 かまぼこ 干し椎茸 葱 砂糖 醤油 みりん 煮干	野菜の即席漬け	胡瓜 人参 キャベツ 塩 昆布	バナナ	菓子 牛乳	菓子
19	月	オレンジ 牛乳		肉団子スープ	鶏ミンチ 生姜 酒 片栗粉 玉葱 人参 もやし 生椎茸 小松菜 醤油 コンソメ	★ちくわの酢の物	ちくわ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま	メロン	石垣もち 牛乳	さつま芋 小麦粉 B・P 塩 砂糖
20	火	バナナ 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	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	オレンジ	アイスクリーム 麦茶	アイスクリーム コーンフレーク
21	水	キウイ 牛乳		魚の竜田揚げ	さば 生姜 酒 醤油 みりん 片栗粉 小麦粉 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	ミニ トマト	★野菜スティック 牛乳	胡瓜 人参 セロリ マヨネーズ 味噌
22	木	ヨーグルト		★牛肉の柳川風煮	牛肉 卵 玉葱 人参 ごぼう 糸こんにゃく かまぼこ 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 海苔 ごま 砂糖 醤油	スイカ	メープルサンド 牛乳	食パン バター メープルシロップ
23	金	バナナ 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	ソーセージサラダ	胡瓜 キャベツ 人参 コーン缶 魚肉ソーセージ マヨネーズ	オレンジ	きなこホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク きな粉 小豆缶 豆乳
24	土	キウイ 牛乳		焼きそば	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし かまぼこ ピーマン 中華麺 ごま油 ソース 青のり 削り節	胡瓜のゆかり和え	胡瓜 人参 コーン缶 ゆかり 砂糖 醤油	チーズ	菓子 牛乳	菓子
26	月	オレンジ 牛乳		魚の味噌焼き	さけ 塩 こしょう 味噌 砂糖 酒 葱	南瓜サラダ	南瓜 じゃが芋 プロッコリー 人参 ハム マヨネーズ	ミニ トマト	ピザトースト 牛乳	食パン ベーコン 玉葱 ピーマン 油 ピザソース チーズ パセリ
27	火	ちりめん 牛乳		カレー肉じゃが	豚肉 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	中華和え	焼き豚 レタス 胡瓜 人参 もやし トマト 砂糖 醤油 酢 ごま	オレンジ	バナナビスケット 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク バナナ レモン汁 バター 卵黄
28	水	バナナ 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	★ひじききんぴら	ひじき ごぼう 人参 さつま揚げ 油 砂糖 醤油 煮干	ミニ トマト	かぼちゃようかん 牛乳	南瓜 粉寒天 砂糖 塩
29	木	チーズ 牛乳		チンジャオロース風	牛肉 じゃが芋 人参 ピーマン 黄パプリカ 玉葱 ごま油 オイスターソース 砂糖 醤油 片栗粉	冬瓜スープ	冬瓜 鶏ミンチ 豆腐 オクラ えのき 塩 醤油 出し昆布 かつお節	キウイ	★いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
30	金	ヨーグルト		★鶏肉と大豆の煮物	鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん 厚揚げ こんにゃく 干し椎茸 いんげん 砂糖 醤油 みりん 煮干	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 塩 こしょう	オレンジ	ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
31	土	キウイ 牛乳		五目ビーフン	豚肉 えび 玉葱 人参 キャベツ ピーマン 干し椎茸 ビーフン ごま油 ソース 醤油 塩 こしょう	わかめスープ	わかめ 玉葱 人参 コーン缶 葱 ごま 醤油 鶏ガラスープの素 煮干	バナナ	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