

平成25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	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
2	月			★切干大根の卵焼き	豚ミンチ 玉葱 人参 切干大根 卵 醤油 砂糖 油 スキムミルク	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	チーズ	マカロニあべかわ牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩
3	火			鯖の竜田揚げ	さば 生姜 片栗粉 醤油 みりん 油	南瓜煮	南瓜 玉葱 人参 いんげん 醤油 砂糖 煮干	ミニトマト	ツナトースト牛乳	食パン ツナ缶 ビーマン 玉葱 マヨネーズ チーズ
4	水			豚肉の生姜焼き	豚肉 玉葱 人参 ビーマン キャベツ 砂糖 醤油 みりん 生姜 油	ポテトサラダ	じゃが芋 胡瓜 人参 コーン ハム マヨネーズ スキムミルク	オレンジ	おふスナック牛乳	麩 ごま油 塩 青のり
5	木			麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 ビーマン 干し椎茸 葱 にんにく 生姜 片栗粉 味噌 醤油 砂糖 油	★きんぴられんこん	レンコン 人参 いんげん ごま 砂糖 醤油 油	ぶどう	野菜マフィン牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 人参 じゃが芋 パセリ
6	金			かぼちゃグラタン	南瓜 鶏肉 玉葱 人参 しめじ コーン 油 小麦粉 バター 牛乳 塩こしょう コンソメ チーズ スキムミルク	和風サラダ	胡瓜 レタス ツナ 人参 若布 コーン 酢 砂糖 醤油	リンゴ	五平もち麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 油 ごま
7	土			海鮮ちゃんぽん	豚肉 エビ イカ 玉葱 人参 キャベツ もやし 干し椎茸 葱 中華麺 醤油 鶏ガラスープの素 油	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
9	月			ツナオムレツ	ツナ 卵 玉葱 人参 ビーマン バター ケチャップ スキムミルク	カリカリペーコンサラダ	ペーコン レタス 胡瓜 人参 コーン 砂糖 醤油 酢 油	ナシ	バナナホットケーキ牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 豆乳 バナナ バター
10	火			肉団子スープ	鶏ミンチ 片栗粉 生姜 白菜 人参 玉葱 生椎茸 豆腐 ニラ 醤油 みりん 鶏ガラスープの素	★昆布とさつま揚げの煮物	刻み昆布 さつま揚げ 人参 干し椎茸 いんげん 砂糖 醤油 煮干	オレンジ	★うどんかりんとう牛乳	うどん麺 油 きな粉 砂糖 塩
11	水			えびと野菜のかき揚げ	エビ さつま芋 玉葱 人参 醤油 卵 小麦粉 油	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 ごま	ミニトマト	カスタードサンド牛乳	食パン 卵 牛乳 バター 砂糖 小麦粉 バニラエッセンス
12	木			★大豆の五目煮	鶏肉 大豆 ごぼう れんこん 人参 干し椎茸 こんにゃく 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 油	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	リンゴ	★切干大根おにぎり麦茶	米 切干大根 ペーコン 醤油 酒 塩 ごま
13	金			鯛の照り焼き	ぶり 生姜 醤油 砂糖 みりん 酒	★千草和え	イカ 人参 胡瓜 キャベツ 卵 油揚げ 砂糖 醤油 酢	ミニトマト	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
14	土			焼きそば	豚肉 玉葱 人参 キャベツ ビーマン もやし ちくわ 中華麺 ソース 青のり 油	えのきと卵のスープ	えのき 人参 卵 葱 コンソメ 醤油 煮干	バナナ	菓子牛乳	菓子
17	火			鯖の味噌煮	さば 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 煮干	五目納豆	胡瓜 納豆 人参 ちりめん 練り梅 醤油	オレンジ	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
18	水			炒り豆腐	豆腐 鶏肉 エビ 卵 人参 玉葱 干し椎茸 青梗菜 かまぼこ 砂糖 醤油 油	ちくわと胡瓜のごま酢	ちくわ わかめ 人参 胡瓜 レタス 砂糖 酢 醤油 ごま	ミニトマト	★さつま芋チップス牛乳	さつま芋 油 塩 青のり
19	木			チキンカレー	鶏肉 玉葱 人参 しめじ ビーマン じゃが芋 グリンピース バター スキムミルク カレールー	★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	ぶどう	ジャムマフィン牛乳	薄力粉 B・P グラニュー糖 ヨーグルト 牛乳 バター 卵 イチゴジャム
20	金			ポトフ	ペーコン ウインナー 玉葱 人参 キャベツ しめじ パセリ じゃが芋 コンソメ 醤油	黒ごまかぼちゃ	南瓜 黒ごま 砂糖 醤油 煮干	ナシ	★鮭とわかめのおにぎり麦茶	米 鮭フレーク わかめ ごま
21	土			親子うどん	鶏肉 玉葱 人参 干し椎茸 葱 かまぼこ 卵 うどん麺 醤油 煮干	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	チーズ	菓子牛乳	菓子
24	火			鮭の西京焼き	さけ 砂糖 みりん 味噌 マヨネーズ ごま スキムミルク	ひじき煮	ひじき 人参 干し椎茸 いんげん 砂糖 醤油 みりん 油	リンゴ	キャラットケーキ牛乳	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
25	水			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 グリンピース シチュールー スキムミルク	にら玉	卵 ニラ 人参 ちりめん 砂糖 醤油 油	オレンジ	田舎おにぎり麦茶	米 油揚げ 小松菜 油 みりん 醤油
26	木			とり天	鶏肉 生姜 にんにく 醤油 みりん 酒 卵 小麦粉 油	青梗菜とツナのソテー	青梗菜 人参 ツナ しめじ 砂糖 醤油 油	ミニトマト	かぼちゃサンド牛乳	食パン 南瓜 砂糖 バター
27	金			★鯛の満点揚げ	いわしミンチ 生姜 ちりめん 豆腐 さつま芋 卵 葱 ごま みりん 味噌 醤油 片栗粉 青のり 油	胡瓜とトマトのごま和え	胡瓜 トマト ちりめん 醤油 砂糖 ごま油 ごま	ナシ	ミルクラスク牛乳	食パン コンデンスミルク
28	土			なす入りミートスパゲティ	合ミンチ なす 玉葱 人参 スパゲティ ソース ニンニク ケチャップ トマトホール缶	わかめスープ	わかめ 玉葱 人参 コーン缶 葱 ごま 醤油 鶏がらスープの素 煮干	チーズ	菓子牛乳	菓子
30	月			魚のおこのみ焼き	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	野菜の煮物	里芋 人参 干し椎茸 いんげん 砂糖 醤油 煮干	ミニトマト	きなこトースト牛乳	食パン きな粉 砂糖 バター

★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