

平成26年4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	火		バナナ 牛乳	カレーライス	牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 にんにく カレールウ グリーンピース スキムミルク 油	ブロッコリーの味噌マヨ和え	ブロッコリー 人参 ハム ごま スキムミルク マヨネーズ 味噌	オレンジ	お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油	
2	水		ヨーグルト 牛乳	麻婆豆腐	牛ミンチ にんにく 生姜 豆腐 人参 玉葱 干し椎茸 葱 ごま油 酒 砂糖 味噌 醤油 片栗粉	中華和え	人参 胡瓜 ハム レタス もやし 砂糖 酢 醤油 ごま油	イチゴ	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	
3	木		チーズ 牛乳	鱈の南蛮漬け	鱈 玉葱 人参 ピーマン 砂糖 酢 醤油 片栗粉 油	ほうれん草の納豆和え	ほうれん草 人参 納豆 砂糖 醤油 ごま	バナナ	☆いりこ大豆 牛乳	水煮大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油	
4	金		オレンジ 牛乳	カルシウムたっぷり オムレツ	卵 スキムミルク 鶏ミンチ 粉チーズ 小松菜 玉葱 人参 しめじ ひじき 塩こしょう ケチャップ 油	アスパラサラダ	アスパラ レタス パプリカ ハム 砂糖 酢 醤油 油	ミニトマト	ココアクッキー 牛乳	小麦粉 ココア ベーキングパウダー スキムミルク バター 砂糖 卵	
5	土		バナナ 牛乳	ちゃんぽん	中華麺 鶏肉 イカ エビ 玉葱 人参 もやし キャベツ かまぼこ 葱 鶏ガラスープの素 ごま油	じゃがいものそぼろ煮	じゃが芋 牛ミンチ いんげん 砂糖 醤油 油	チーズ	菓子 牛乳	菓子	
7	月		ちりめん 牛乳	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉 マーマレード 醤油 油	マカロニサラダ	マカロニ 人参 ツナ缶 胡瓜 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう	オレンジ	ドーナツ 牛乳	ホットケーキミックス 卵 牛乳 砂糖 油 粉砂糖	
8	火		ヨーグルト 麦茶	肉団子スープ	鶏ミンチ 卵 生姜 片栗粉 白菜 人参 玉葱 生椎茸 ニラ 春雨 鶏ガラスープの素	☆大豆入りひじき煮	ひじき 大豆 人参 干し椎茸 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 油	バナナ	スイートパンプキン 牛乳	南瓜 レーズン バター 砂糖 牛乳	
9	水		バナナ 牛乳	鯖の西京焼き	鯖 砂糖 みりん 味噌 マヨネーズ スキムミルク ごま	胡瓜の酢醤油和え	胡瓜 人参 酢 醤油	ミニトマト	マカロニアベかわ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩	
10	木		リンゴ 牛乳	お好み焼き風 卵焼き	卵 スキムミルク ベーコン 玉葱 人参 キャベツ ピーマン 青のり ソース 鰹節 マヨネーズ	☆ごぼうサラダ	ごぼう 人参 胡瓜 ツナ缶 マヨネーズ スキムミルク ごま 醬 油	オレンジ	☆野菜スティック 牛乳	人参 胡瓜 セロリ 味噌 マヨネーズ スキムミルク	
11	金		バナナ 牛乳	チンジャオロース	牛肉 人参 玉葱 パプリカ ピーマン 筍 ごま油 酒 砂糖 オイスターソース 醤油 片栗粉	春雨の酢の物	春雨 胡瓜 人参 カニカマ ごま 砂糖 酢 薄口醤油	イチゴ	レモンケーキ 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 卵 砂糖 生クリーム レモン汁 バター	
12	土		チーズ 牛乳	スパゲティナポリタン	スパゲティ 玉葱 人参 ウィナー ハム ピーマン 粉チーズ ケチャップ	キャベツのスープ	キャベツ ベーコン 卵 コンソメ 片栗粉	バナナ	菓子 牛乳	菓子	
14	月		オレンジ 牛乳	鮭のマヨネーズ焼き	鮭 塩こしょう 玉葱 パセリ マヨネーズ スキムミルク 油	ちりめんの甘酢和え	ちりめん 胡瓜 人参 キャベツ ごま 砂糖 酢 醤油	ミニトマト	☆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	
15	火		キウイ 牛乳	高野豆腐の卵とじ	鶏肉 高野豆腐 玉葱 人参 かまぼこ 干し椎茸 エビ いんげん 卵 砂糖 醤油 油	☆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 砂糖 醤油 ごま油	オレンジ	田舎おにぎり 麦茶	米 油揚げ 小松菜 油 醤油 みりん	
16	水		リンゴ 牛乳	☆新ごぼうの つくね揚げ	鶏ミンチ 新ごぼう 玉葱 葱 卵 片栗粉 砂糖 醤油 ごま 油 みりん	ひじきの白和え	ひじき いんげん 人参 豆腐 スキムミルク 練りゴマ 砂糖 醤油 味噌 ごま	キウイ	チーズ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク クリームチーズ レーズン 牛乳	
17	木		ヨーグルト 麦茶	☆新入園児歓迎会☆							
18	金		ちりめん 牛乳	チキンビーンズ	鶏肉 大豆 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 グリンピース 油 ケチャップ ホールトマト缶 ケチャップ コンソメ	ポテトサラダ	じゃが芋 胡瓜 人参 ハム マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう	リンゴ	ミルク餅 麦茶	牛乳 片栗粉 きな粉 砂糖 塩	
19	土		チーズ 牛乳	焼きそば	中華麺 鶏肉 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン もやし かまぼこ ソース 青のり 油	青梗菜と卵のスープ	青梗菜 玉葱 人参 卵 コンソメ	バナナ	菓子 牛乳	菓子	
21	月		バナナ 牛乳	☆ささみの 香りパン粉焼き	ささみ 塩こしょう 青のり 粉チーズ 小麦粉 卵 パン粉 油	南瓜サラダ	南瓜 ハム 胡瓜 人参 マヨネーズ スキムミルク 醤油	ミニトマト	おふスナック 牛乳	麩 ごま油 塩 青のり	
22	火		ちりめん 牛乳	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 いんげん 油 酒 砂糖 醤油 みりん	キャベツとウィナーのソテー	ウィナー キャベツ ピーマン 人参 コーン缶 塩こしょう 油	キウイ	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	
23	水		オレンジ 牛乳	豆腐の真砂揚げ	豆腐 鶏ミンチ エビ 人参 玉葱 生椎茸 ちりめん 卵 生姜 醤油 片栗粉	春野菜の味噌汁	キャベツ じゃが芋 玉葱 人参 油揚げ 葱 味噌 煮干	バナナ	五平餅 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 油 ごま	
24	木		リンゴ 牛乳	鯖の味噌煮	鯖 生姜 酒 砂糖 味噌 醤油 みりん	小松菜の納豆和え	小松菜 納豆 人参 ちりめん 醤油	イチゴ	☆さつま芋チップス 牛乳	さつま芋 油 青のり 塩	
25	金		キウイ 牛乳	八宝菜	エビ イカ 鶏肉 玉葱 人参 筍 キャベツ 干し椎茸 ピーマン 生姜 酒 醤油 鶏ガラスープの素 片栗粉 油	切干大根のナムル	切干大根 胡瓜 人参 ハム ちりめん 砂糖 酢 醤油 ごま油 ごま	リンゴ	きな粉クッキー 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー きな粉 バター 砂糖 卵	
26	土		チーズ 牛乳	親子うどん	鶏肉 玉葱 人参 かまぼこ 葱 卵 わかめ 干し椎茸 うどん麺 昆布だし 酒 薄口醤油 みりん	さつま芋の甘煮	さつま芋 砂糖	バナナ	菓子 牛乳	菓子	
28	月		バナナ 牛乳	鱈のムニエル トマトソースかけ	鱈 塩こしょう 小麦粉 バター ホールトマト缶 玉葱 ケチャップ 油	ひじきのサラダ	ひじき ハム コーン缶 胡瓜 人参 チーズ スキムミルク マヨネーズ 塩こしょう	キウイ	ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク	
30	水		オレンジ 牛乳	厚揚げのカレー煮	牛肉 厚揚げ 人参 玉葱 しめじ 南瓜 スキムミルク カレールウ 醤油 片栗粉 油	三色ナムル	小松菜 もやし 人参 砂糖 酢 醤油 ごま ごま油	リンゴ	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	

★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