

平成26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	金	バナナ 牛乳	バナナ 牛乳	八宝菜	豚肉 エビ イカ キャベツ 玉葱 人参 筍 ピーマン 干し椎茸 ごま油 醤油 鶏ガラスープの素 片栗粉	☆ひじきと じゃこのサラダ	ひじき 胡瓜 人参 ちりめん 砂糖 醤油 ごま油 ごま	スイカ	ジャムチーズサンド 牛乳	食パン クリームチーズ イチゴジャム
2	土	チーズ 牛乳	バナナ 牛乳	焼きうどん	うどん麺 豚肉 玉葱 人参 キャベツ ちくわ いんげん 干し椎茸 油 醤油 みりん 鰹節	ジャーマンポテト	じゃが芋 ベーコン コーン缶 バター 塩こしょう	バナナ	菓子 牛乳	菓子
4	月	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト 麦茶	鮭の和風ムニエル	鮭 醤油 みりん 小麦粉 バター	☆ひじきのきんぴら	ひじき れんこん 人参 ピーマン ごま ごま油 砂糖 醤油	キウイ	海おにぎり 麦茶	米 ちりめん わかめ 鰹節 みりん 醤油
5	火	オレンジ 牛乳	オレンジ 牛乳	ヒレ肉の照り煮	豚ヒレ肉 にんにく 生姜 砂糖 醤油 みりん	レモンサラダ	ベーコン レタス 胡瓜 赤ピーマン レモン汁 砂糖 酢 醤油	メロン	きな粉プリン 牛乳	牛乳 豆乳 砂糖 きな粉 アガー 黒蜜 ※アガーは寒天と同じ海藻が主原料です。
6	水	ちりめん 牛乳	ちりめん 牛乳	カレー風味の 麻婆豆腐	豚ミンチ 玉葱 人参 豆腐 れんこん ニラ ごま油 砂糖 味噌 みりん 生姜 にんにく カレー粉 片栗粉	三色ナムル	小松菜 人参 もやし ハム 砂糖 酢 醤油 ごま油	オレンジ	☆野菜スティック 牛乳	人参 胡瓜 アスパラ マヨネーズ スキムミルク 醤油
7	木	キウイ 牛乳	キウイ 牛乳	☆岩石揚げ	鶏ミンチ ちりめん 大豆 ひじき 人参 玉葱 さつまい エビ 小麦粉 卵 砂糖 醤油 油	コールスローサラダ	ハム キャベツ 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク ごま	ミニトマト	ゴマラスク 牛乳	食パン 練りゴマ 砂糖 バター
8	金	オレンジ 牛乳	オレンジ 牛乳	南瓜のそぼろ煮	牛ミンチ 南瓜 玉葱 人参 厚揚げ こんにやく しめじ かまぼこ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん	☆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	バナナ	ブレッド風クッキー 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー ヨーグルト 牛乳 バター 砂糖 塩
9	土	バナナ 牛乳	バナナ 牛乳	ナポリタン	スパゲティ 鶏ミンチ 玉葱 人参 ピーマン しめじ 油 ケチャップ ソース 砂糖	キャベツのスープ	キャベツ 人参 玉葱 ベーコン 油 コンソメ 牛乳 塩	チーズ	菓子 牛乳	菓子
11	月	キウイ 牛乳	キウイ 牛乳	☆鶏ごぼう丼	鶏肉 玉葱 人参 ごぼう 焼き豆腐 糸こんにやく 葱 油 砂糖 醤油 みりん	☆れんこんサラダ	れんこん 煮干 醤油 胡瓜 人参 ごま スキムミルク マヨネーズ	オレンジ	スキムカップケーキ 牛乳	小麦粉 スキムミルク ベーキングパウダー 卵 バター 砂糖 牛乳
12	火	ヨーグルト 牛乳	ヨーグルト 牛乳	鱈のトマトソースかけ	鱈 塩こしょう 小麦粉 片栗粉 油 ホールトマト缶 玉葱 ケチャップ ソース パセリ	ナスの味噌炒め	ナス 玉葱 人参 ごま油 砂糖 味噌 みりん	バナナ	マシュマロサンド 牛乳	クラッカー マシュマロ
13	水	バナナ 牛乳	バナナ 牛乳	米粉のシチュー	鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 ブロッコリー しめじ 油 米粉 牛乳 スキムミルク シチュールウ 塩	マカロニサラダ	マカロニ ハム 胡瓜 人参 スキムミルク マヨネーズ 塩こしょう	オレンジ	おふすなツク 牛乳	麩 ごま油 塩 青のり
14	木	ちりめん 牛乳	ちりめん 牛乳	高野豆腐の卵とじ	豚肉 高野豆腐 卵 干し椎茸 エビ ニラ 玉葱 人参 いんげん 鶏ガラスープの素 醤油 油	小松菜のおかか和え	小松菜 キャベツ 人参 鰹節 ちくわ 砂糖 醤油	チーズ	菓子 牛乳	菓子
15	金	オレンジ 牛乳	オレンジ 牛乳	豚肉の生姜焼き	豚肉 玉葱 人参 ピーマン キャベツ 生姜 砂糖 醤油 油	☆ひじきと 切干大根の酢の物	切干大根 ひじき 人参 葱 ちりめん 砂糖 酢 薄口醤油	キウイ	菓子 牛乳	菓子
16	土	チーズ 牛乳	バナナ 牛乳	海鮮ちゃんぽん	エビ イカ 豚肉 中華麺 キャベツ 玉葱 人参 醤油 もやし 葱 かまぼこ干し椎茸 塩こしょう 鶏ガラスープの素	南瓜煮	南瓜 砂糖 醤油	バナナ	菓子 牛乳	菓子
18	月	オレンジ 牛乳	オレンジ 牛乳	☆ささみカツ	ささみ 塩こしょう 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ	いんげんの和え物	いんげん 人参 もやし 胡瓜 ごま 砂糖 醤油	ミニトマト	チーズクッキー 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク バター 砂糖 卵 粉チーズ
19	火	ちりめん 牛乳	ちりめん 牛乳	和風オムレツ	卵 鶏ミンチ 切干大根 わかめ 玉葱 人参 葱 干し椎茸 油 砂糖 醤油	ポテトサラダ	ハム じゃが芋 人参 胡瓜 コーン缶 スキムミルク マヨネーズ	オレンジ	フルーツヨーグルト 麦茶	ヨーグルト みかん缶 黄桃缶 バナナ
20	水	バナナ 牛乳	バナナ 牛乳	ラタトゥーユ	豚肉 ナス トマト 玉葱 ピーマン 南瓜 ズッキーニ 黄ピーマン にんにく コンソメ ケチャップ	オクラ納豆	オクラ 納豆 ゴマ 醤油	キウイ	フライドポテト 牛乳	じゃが芋 油 塩
21	木	キウイ 牛乳	キウイ 牛乳	☆鶏肉の 甘辛ごぼう揚げ	鶏肉 酒 醤油 にんにく ごぼう 卵 薄力粉	春雨の酢の物	ハム 春雨 胡瓜 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	メロン	お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
22	金	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト 麦茶	トマト入りカレー	牛肉 玉葱 人参 トマト 南瓜 ピーマン ナス バター スキムミルク カレールウ	カリカリベーコンサラダ	ベーコン レタス 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 酢 醤油 油	スイカ	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
23	土	チーズ 牛乳	バナナ 牛乳	冷やし中華	ハム 卵 胡瓜 人参 もやし トマト 中華麺 砂糖 酢 醤油 ごま油	☆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	バナナ	菓子 牛乳	菓子
25	月	バナナ 牛乳	バナナ 牛乳	鮭のごま味噌焼き	鮭 塩こしょう 砂糖 味噌 ごま 葱	ささみのしそ風味	ささみ 胡瓜 人参 大葉 レモン汁 砂糖 醤油 ごま油	ミニトマト	田舎おにぎり 麦茶	米 油揚げ 小松菜 油 醤油 みりん
26	火	オレンジ 牛乳	オレンジ 牛乳	肉じゃが	牛肉 厚揚げ 人参 玉葱 じゃが芋 干し椎茸 いんげん しめじ 糸こんにやく 砂糖 醤油 油	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	チーズ	プアマンケーキ 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー ココア 砂糖 油
27	水	キウイ 牛乳	キウイ 牛乳	つみれ汁	鯛ミンチ キャベツ 玉葱 人参 豆腐 油揚げ 葱 ごぼう しめじ 片栗粉 卵 生姜 味噌 煮干	じゃが芋のソテー	じゃが芋 ベーコン 人参 いんげん コーン缶 バター 塩こしょう	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
28	木	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト 麦茶	☆ちりめん入り 卵焼き	卵 ちりめん ベーコン 玉葱 人参 しめじ 葱 小松菜 砂糖 薄口醤油	オクラの ドレッシング和え	オクラ 人参 砂糖 酢 油	ミニトマト	きな粉入り黒糖蒸しパン 牛乳	きな粉 黒糖 薄力粉 ベーキングパウダー スキムミルク 塩 黒ごま
29	金	ちりめん 牛乳	ちりめん 牛乳	ナスのミートグラタン	豚ミンチ 玉葱 人参 ナス ピーマン 塩こしょう ホワイトソース缶 小麦粉 コンソメ チーズ パン粉	キャベツと ウイナーソテー	ウイナー キャベツ 玉葱 人参 ピーマン コーン缶 油 塩こしょう 薄口醤油	キウイ	☆れんこんチップス 牛乳	れんこん 油 塩 青のり
30	土	チーズ 牛乳	バナナ 牛乳	シーフードスパゲティ	イカ エビ ツナ缶 玉葱 人参 しめじ ピーマン スパゲティ コンソメ 塩こしょう 油 醤油	トマトスープ	トマト オクラ キャベツ ベーコン コンソメ 薄口醤油	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