

平成26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
1	月		ヨーグルト 麦茶		ぶりの照り焼き	ブリ 生姜 醤油 みりん 砂糖 油	☆切干大根の和え物	切干大根 ツナ缶 胡瓜 人参 砂糖 酢 醤油	ミニトマト	五平餅 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 油 ごま
2	火		バナナ 牛乳		☆大豆の五目煮	鶏肉 人参 大豆 ごぼう 干し椎茸 れんこん こんにゃく じゃが芋 いんげん 厚揚げ 砂糖 醤油 みりん 油	三色和え	青梗菜 人参 もやし 砂糖 酢 醤油 ごま	リンゴ	☆ごませんべい 牛乳	小麦粉 グラニュー糖 卵白 バター 黒ごま 白ごま 塩
3	水		ちりめん 牛乳		鶏の南蛮漬け	鶏肉 小麦粉 塩こしょう 人参 玉葱 胡瓜 砂糖 酢 醤油 レモン汁 油	南瓜サラダ	南瓜 じゃが芋 胡瓜 人参 ハム マヨネーズ スキムミルク	バナナ	おふパタースナック 牛乳	麴 バター 塩 青のり
4	木		オレンジ 牛乳		鯖の味噌煮	鯖 生姜 酒 砂糖 醤油 味噌 みりん	春雨の酢の物	春雨 ハム 胡瓜 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	ナシ	☆ひじきおにぎり 麦茶	米 ひじき 人参 油揚げ いんげん 酒 砂糖 醤油 油
5	金		リンゴ 牛乳		ひじき入りに玉	卵 カニ缶 玉葱 人参 筍 ひじき 干し椎茸 グリンピース 鶏ガラスープの素 砂糖 醤油 片栗粉 油	青菜の土佐和え	小松菜 キャベツ 人参 削り節 醤油	オレンジ	さつま芋蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク さつま芋 黒砂糖 牛乳
6	土		チーズ 牛乳		親子うどん	鶏肉 卵 人参 玉葱 干し椎茸 かまぼこ 葱 うどん麺 昆布だし 薄口醤油 みりん	ピーマンのじゃこ炒め	ピーマン ちりめん 人参 もやし ごま油 醤油	バナナ	菓子 牛乳	菓子
8	月		ヨーグルト 麦茶		さんまの蒲焼	さんま 小麦粉 油 酒 砂糖 醤油 みりん 生姜 ごま	ひじきサラダ	ひじき 人参 胡瓜 レタス カニカマ マヨネーズ スキムミルク ごま	リンゴ	お月見ドーナツ 牛乳	ホットケーキミックス 卵 牛乳 砂糖 油 粉砂糖 スキムミルク
9	火		チーズ 牛乳		豆腐と青菜のチャンプルー	豆腐 豚肉 ニラ 人参 玉葱 青梗菜 卵 ごま油 醤油 鶏ガラスープの素	☆五目きんぴら	ごぼう れんこん 糸こんにゃく 人参 いんげん 砂糖 醤油 ごま油 ごま	オレンジ	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
10	水		バナナ 牛乳		ぶりの味噌マヨ焼き	ブリ 玉葱 味噌 マヨネーズ スキムミルク パセリ 油	青菜の磯和え 人参グラッセ	小松菜 人参 海苔 砂糖 醤油 人参 バター 砂糖 醤油		お好みごはん 麦茶	米 ちりめん ニラ 卵 チーズ 油
11	木		オレンジ 牛乳		きのこオムレツ	ベーコン 卵 玉葱 人参 しめじ えのき ピーマン 油 塩こしょう ケチャップ	そぼろ煮	鶏ミンチ じゃが芋 玉葱 いんげん 油 砂糖 醤油	ミニトマト	マドレーヌ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 バター 砂糖
12	金		ヨーグルト 麦茶		☆鯛の満点揚げ	鯛ミンチ ちりめん さつま芋 葱 豆腐 ごま 生姜 片栗粉 味噌 みりん 醤油 スキムミルク 油	和風サラダ	胡瓜 レタス ツナ缶 人参 わかめ コーン缶 砂糖 酢 醤油	バナナ	ふかし芋 牛乳	さつま芋 塩
13	土		バナナ 牛乳		ナスのミートスパゲティ	合挽肉 ナス 玉葱 人参 コンソメ ホールトマト缶 油 ケチャップ ソース スパゲティ 粉チーズ スキムミルク	青梗菜と卵のスープ	青梗菜 えのき 人参 卵 醤油 鶏ガラスープの素	チーズ	菓子 牛乳	菓子
16	火		リンゴ 牛乳		☆鶏のコーンフ레이크揚げ	鶏肉 生姜 にんにく 酒 醤油 小麦粉 コーンフ레이크 油	☆ちりめんの酢の物	ちりめん 胡瓜 キャベツ 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	ミニトマト	きなこ棒 牛乳	きなこ 水飴
17	水		オレンジ 牛乳		けんちん煮	鶏肉 豆腐 里芋 大根 人参 ごぼう 葱 砂糖 醤油 みりん 油	千草和え	さきいか 人参 胡瓜 キャベツ 卵 ごま 砂糖 酢 薄口醤油	ナシ	☆コーンフ레이크ケーキ 牛乳	コーンフ레이크 マシュマロ バター
18	木		ちりめん 牛乳		チキンカレー	鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールウ ピーマン バター スキムミルク	☆ごぼうサラダ	ごぼう 胡瓜 人参 ハム コーン缶 ゴマ スキムミルク マヨネーズ 醤油	オレンジ	スイートポテト 牛乳	さつま芋 バター 砂糖 生クリーム 卵
19	金		バナナ 牛乳		麻婆茄子	豚ミンチ にんにく 生姜 ナス 玉葱 人参 ピーマン 葱 ごま油 砂糖 醤油 味噌 鶏ガラスープの素 片栗粉	胡瓜とトマトの ごま和え	胡瓜 トマト ちりめん 砂糖 醤油 ごま油 ごま	リンゴ	☆いりこ大豆 牛乳	水煮大豆 いりこ 砂糖 醤油 ごま
20	土		チーズ 牛乳		ポトフ	ウインナー ベーコン 玉葱 キャベツ しめじ じゃが芋 人参 醤油 コンソメ 油	青梗菜とハムのソテー	青梗菜 人参 ハム 油 砂糖 醤油	バナナ	菓子 牛乳	菓子
22	月		バナナ 牛乳		☆切干大根の 卵焼き	豚ミンチ 玉葱 人参 切干大根 卵 干し椎茸 砂糖 醤油 スキムミルク 油	野菜の昆布じめ	キャベツ 胡瓜 人参 塩昆布	オレンジ	チーズじゃが 牛乳	じゃが芋 塩 チーズ 小麦粉 卵 塩 油
24	水		オレンジ 牛乳		チンジャオロース風	牛肉 じゃが芋 人参 ピーマン 黄ピーマン 玉葱 ごま油 オイスターソース 砂糖 醤油 片栗粉	五目納豆	納豆 ちりめん 人参 ニラ 海苔 ごま 砂糖 醤油	リンゴ	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩
25	木		ヨーグルト 麦茶		鮭の西京焼き	鮭 砂糖 味噌 みりん マヨネーズ スキムミルク ごま 油	ほうれん草のごま和え	ほうれん草 人参 ごま 砂糖 醤油	ミニトマト	田舎おにぎり 麦茶	米 油揚げ 小松菜 油 みりん 醤油
26	金		ちりめん 牛乳		すき焼き風煮	牛肉 焼き豆腐 じゃが芋 ごぼう 大根 白菜 人参 糸こんにゃく えのき 葱 砂糖 醤油 油	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	ナシ	ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
27	土		チーズ 牛乳		五目ビーフン	豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン かまぼこ 鶏ガラスープの素 醤油 ごま油	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	バナナ	菓子 牛乳	菓子
29	月		リンゴ 牛乳		鶏肉の照り煮	鶏肉 にんにく 生姜 砂糖 醤油 みりん	☆切干大根のナムル	切干大根 胡瓜 人参 ハム コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま油 ごま	オレンジ	おからのやわらかクッキー 牛乳	ホットケーキミックス バター 砂糖 卵黄 おから
30	火		バナナ 牛乳		きのこシチュー	鶏肉 玉葱 人参 舞茸 エリンギ しめじ 白菜 グリンピース シチューールウ スキムミルク 牛乳 バター	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	☆さつま芋チップス 牛乳	さつま芋 油 塩 青のり

☆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