

平成27年1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
5	月			麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 ビーマン ニンニク 生姜 葱 ごま油 砂糖 醤油 味噌 スキムミルク 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	みかん	メープルサンド牛乳 食パン バター メープルシロップ
6	火			★切干大根入り卵焼き	卵 鶏ミンチ 切干大根 玉葱 人参 干し椎茸 葱 スキムミルク 油 砂糖 醤油	小松菜のソテー	ウインナー 小松菜 玉葱 人参 しめじ 油 砂糖 醤油	ミントマト	パインケーキ牛乳 ホットケーキミックス スキムミルク パイン缶 卵
7	水			けんちん煮	豚肉 豆腐 大根 人参 ごぼう 里芋 葱 油 砂糖 醤油 みりん	ブロッコリーのツナサラダ	ブロッコリー 人参 コーン缶 ツナ缶 マヨネーズ スキムミルク かつお節	リンゴ	七草がゆ 米 七草 かぶ 人参 塩
8	木			かぶのシチュー	鶏肉 玉葱 人参 かぶ じゃが芋 ほうれん草 しめじ バター クリームコーン缶 スキムミルク シチュールー	★ひじきと切干大根の和え物	ひじき 切干大根 人参 胡瓜 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま	キウイ	栗きんとん牛乳 さつま芋 栗の甘露煮 砂糖 みりん
9	金			フーヨーハイ	卵 かに缶 玉葱 人参 干し椎茸 いんげん スキムミルク ごま油 砂糖 醤油 片栗粉	海苔チーズ納豆	納豆 人参 ほうれん草 海苔 粉チーズ ちりめん 砂糖 醤油	バナナ	★野菜スティック牛乳 胡瓜 人参 大根 マヨネーズ 味噌
10	土			親子うどん	鶏肉 卵 玉葱 人参 干し椎茸 油揚げ かまぼこ 葱 うどん麺 砂糖 醤油 煮干	キャベツのゆかり和え	キャベツ 人参 胡瓜 ちりめん ゆかり	みかん	菓子牛乳 菓子
13	火			鯖のカレー風味揚げ	さば 塩こしょう カレー粉 小麦粉 片栗粉 油	★ごぼうサラダ	ごぼう 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク 醤油 ごま	ミントマト	★いりこ大豆牛乳 大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
14	水			中華丼	豚肉 エビ イカ 玉葱 人参 キャベツ ビーマン しめじ かまぼこ 卵 グリンピース 油 醤油 鶏ガラスープの素 片栗粉	切干大根煮	切干大根 人参 干し椎茸 油揚げ いんげん ごま油 砂糖 醤油	キウイ	さつま芋蒸しパン牛乳 さつま芋 蒸しパンミックス スキムミルク 黒砂糖 豆乳
15	木			★筑前煮	鶏肉 人参 ごぼう れんこん 里芋 こんにゃく 厚揚げ 生椎茸 いんげん 油 砂糖 醤油 みりん	和風サラダ	ツナ缶 レタス 胡瓜 人参 わかめ コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	みかん	田舎おにぎり麦茶 米 油揚げ 大根葉 油 みりん 醤油
16	金			ほうれん草のオムレツ	卵 ベーコン ほうれん草 玉葱 人参 しめじ 粉チーズ スキムミルク バター 塩こしょう ケチャップ	★根菜のきんぴら	ごぼう れんこん 人参 ビーマン 糸こんにゃく ごま油 砂糖 醤油 みりん ごま	リンゴ	★きなこラスク牛乳 フランスパン (食パン) バター スキムミルク きな粉 砂糖
17	土			ちゃんぽん	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし かまぼこ 葱 中華麺 醤油 煮干	さつま芋のレモン煮	さつま芋 レモン汁 砂糖	バナナ	菓子牛乳 菓子
19	月			鮭のみぞれ煮	さけ 生姜 砂糖 醤油 みりん 大根 煮干	ほうれん草サラダ	ほうれん草 人参 しめじ コーン缶 マヨネーズ スキムミルク	ミントマト	フルーツサンド牛乳 食パン 生クリーム 砂糖 スキムミルク 黄桃缶 みかん缶
20	火			高野豆腐の卵とじ	鶏肉 卵 高野豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 ニラ スキムミルク 油 砂糖 醤油 煮干	★大根なます	大根 人参 油揚げ 砂糖 醤油 酢 ごま	みかん	おふスナック牛乳 麩 ごま油 塩 青のり
21	水			冬野菜カレー	牛肉 玉葱 人参 大根 白菜 南瓜 ビーマン 油 スキムミルク カレールー	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	リンゴ	スノーボールクッキー牛乳 小麦粉 砂糖 きな粉 スキムミルク 油 粉砂糖
22	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 油 砂糖 醤油	ポテトサラダ	じゃが芋 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク	キウイ	★切干大根おにぎり麦茶 米 切干大根 ベーコン 醤油 酒 塩 ごま
23	金			肉団子スープ	鶏ミンチ 塩こしょう 生姜 片栗粉 玉葱 人参 白菜 生椎茸 豆腐 ニラ 醤油 みりん 鶏ガラスープの素	★ひじききんぴら	ひじき ごぼう 人参 さつま揚げ いんげん 油 砂糖 醤油	バナナ	ドーナツ牛乳 ホットケーキミックス スキムミルク 小麦粉 豆腐 牛乳 油 ココア 粉砂糖
24	土			ナポリタンスパゲティ	ウインナー 玉葱 人参 しめじ ビーマン トマトホール缶 バター スパゲティ ケチャップ	卵スープ	卵 豆腐 玉葱 人参 葱 醤油 鶏ガラスープの素	みかん	菓子牛乳 菓子
26	月			★味噌カツ	鶏肉 塩こしょう 小麦粉 パン粉 油 味噌 砂糖 酒	大根サラダ	大根 胡瓜 人参 コーン缶 ちりめん マヨネーズ スキムミルク かつお節	ミントマト	かぼちゃようかん牛乳 南瓜 粉寒天 砂糖 塩
27	火			千草焼き	鶏ミンチ 卵 玉葱 人参 ビーマン 干し椎茸 スキムミルク 砂糖 醤油 油	五目納豆	納豆 人参 小松菜 ちりめん 海苔 ごま 砂糖 醤油	キウイ	やせうま牛乳 やせうま麺 きな粉 砂糖 塩
28	水			ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ビーマン じゃが芋 油 ホールトマト缶 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	ブロッコリーのごま和え	ブロッコリー 人参 えのき コーン缶 砂糖 醤油 ごま	リンゴ	バナナトースト牛乳 食パン バナナ グラニュー糖
29	木			鯛の照り焼き	ぶり 生姜 酒 砂糖 醤油 みりん 油	南瓜サラダ	南瓜 じゃが芋 ブロッコリー 人参 ハム マヨネーズ スキムミルク	ミントマト	カレーピラフ麦茶 米 玉葱 人参 ウインナー カレー粉 油 塩こしょう パセリ
30	金			ふわふわ丼	卵 豆腐 鶏ミンチ 玉葱 人参 ごぼう しめじ 葱 スキムミルク 油 砂糖 醤油 煮干	★ちくわのかぼす和え	ちくわ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 かぼす ごま	みかん	★さつま芋チップス牛乳 さつま芋 塩 青のり 油
31	土			五目ビーフン	豚肉 エビ 玉葱 人参 キャベツ ビーマン 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