

平成27年 6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	牛乳のおやつ 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		バナナ 牛乳	 鮭の磯辺揚げ	さけ 醤油 酒 小麦粉 青のり 油	キャベツのごま和え	キャベツ 人参 胡瓜 コーン缶 砂糖 醤油 ごま	ミニトマト	やさいきっシュ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 牛乳 チーズ ベーコン ほうれん草 玉葱 油
2	火		ヨーグルト 麦茶	 ☆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 酒	五目納豆	納豆 人参 小松菜 しめじ ちりめん 海苔 砂糖 醤油 ごま	オレンジ	石垣もち 牛乳	さつま芋 小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 砂糖
3	水		リンゴ 牛乳	 大豆入り ミネストローネ	大豆 ウインナー ベーコン 玉葱 人参 キャベツ しめじ じゃが芋 トマトホール缶 ケチャップ スキムミルク コンソメ 醤油 パセリ	☆かみかみサラダ	さきいか ちりめん ごぼう 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク	バナナ	☆ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
4	木		チーズ 牛乳	 なすの肉味噌炒め	豚ミンチ なす 玉葱 人参 ピーマン 厚揚げ ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉	カニの甘酢和え	カニ缶 胡瓜 キャベツ 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	キウイ	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
5	金		バナナ 牛乳	 ☆きのこ入り卵焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 しめじ 干し椎茸 えのき ピーマン スキムミルク 油 砂糖 醤油 ケチャップ	春雨スープ 青のりポテト	春雨 豆腐 人参 葱 ごま 醤油 鶏ガラスープの素 煮干だし じゃが芋 塩 青のり 粉チーズ		海おにぎり 麦茶	米 ちりめん かつお節 青のり みりん 醤油 ごま
6	土		オレンジ 牛乳	 ほうれん草とじゃこの パスタ	ちりめん ベーコン ほうれん草 しめじ 赤ピーマン 黄ピーマン スパゲティ オリーブ油 ニンニク 醤油 塩こしょう	野菜スープ	南瓜 玉葱 人参 オクラ 醤油 コンソメ 出し昆布	バナナ	菓子 牛乳	菓子
8	月		ヨーグルト 麦茶	 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 煮干し	☆わかめと胡瓜の 酢の物	わかめ 胡瓜 キャベツ 人参 ちくわ 砂糖 酢 醤油 ごま	オレンジ	スイートポテトクッキー 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 牛乳 さつま芋
9	火		キウイ 牛乳	 ☆ささみの しそチーズフライ	ささみ 塩こしょう 小麦粉 しそ チーズ パン粉 油	かぼちゃサラダ	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	ミニトマト	バナナトースト 牛乳	食パン バナナ グラニュー糖
10	水		チーズ 牛乳	 鯖の味噌煮	さば 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒 スキムミルク 人参 煮干し	もやしのナムル	もやし 胡瓜 人参 レタス 砂糖 酢 醤油 ごま油	キウイ	☆五目おにぎり 麦茶	米 豚ミンチ ごぼう 人参 いんげん 油 醤油 みりん
11	木		バナナ 牛乳	 そら豆シチュー	鶏肉 そら豆 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 クリームコーン缶 バター シチュールー スキムミルク	☆いんげんとトマト のごま和え	いんげん トマト 切干大根 砂糖 醤油 ごま	オレンジ	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩
12	金		ちりめん 牛乳	 豆腐チャンプルー	豚肉 豆腐 玉葱 人参 エリンギ もやし 卵 葱 ごま油 醤油 塩こしょう	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	バナナ	ポパイ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク ほうれん草 チーズ 牛乳
13	土	★ 運 動 会 ★								
15	月		オレンジ 牛乳	 鮭のバター焼き	さけ 塩こしょう 小麦粉 バター	ブロッコリーの 梅おかか和え	ブロッコリー 人参 もやし ちくわ 砂糖 醤油 ねり梅 かつお節	ミニトマト	☆切干大根おにぎり 麦茶	米 切干大根 ベーコン 砂糖 醤油 酒 ごま
16	火		ヨーグルト 麦茶	 西京煮	鶏肉 じゃが芋 人参 ごぼう 生椎茸 こんにゃく 青梗菜 油揚げ 砂糖 醤油 味噌 スキムミルク 煮干し	オクラ納豆	オクラ 納豆 人参 ちりめん 砂糖 醤油	バナナ	きなこホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク きな粉 小豆缶 豆乳
17	水		チーズ 牛乳	 豆腐カレー	鶏肉 豆腐 玉葱 人参 ピーマン 干し椎茸 じゃが芋 油 カレールー スキムミルク	コールスローサラダ	キャベツ 人参 胡瓜 切干大根 ハム マヨネーズ スキムミルク ごま	オレンジ	アイスボックスクッキー 牛乳	小麦粉 スキムミルク 卵 砂糖 バター ココア
18	木		バナナ 牛乳	 スペニッシュオムレツ	卵 ベーコン じゃが芋 玉葱 人参 ピーマン バター スキムミルク 塩こしょう ケチャップ	☆ちりめんきんぴら	ちりめん ごぼう 人参 小松菜 ごま油 砂糖 醤油 ごま	キウイ	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
19	金		オレンジ 牛乳	 ☆甘辛鶏ごぼう揚げ	鶏肉 酒 醤油 ニンニク ごぼう 卵 小麦粉 油	おから汁	おから 玉葱 人参 しめじ えのき 葱 味噌 醤油 出し昆布 かつお節	ミニトマト	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク 南瓜 卵 牛乳
20	土		キウイ 牛乳	 海鮮ちゃんぽん	豚肉 えび いか 玉葱 人参 キャベツ もやし かまぼこ 葱 中華麺 醤油 煮干し	野菜の昆布和え	レタス 胡瓜 人参 ちりめん 塩昆布	チーズ	菓子 牛乳	菓子
22	月		ヨーグルト 麦茶	 チキンのトマトソース	鶏肉 塩こしょう 油 玉葱 トマト ケチャップ コンソメ	小松菜の炒め物	小松菜 人参 もやし 油揚げ ちりめん 油 砂糖 醤油	オレンジ	じゃが芋ドーナツ 牛乳	じゃが芋 小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 砂糖 卵 牛乳 油 粉砂糖
23	火		ちりめん 牛乳	 けんちん汁	豚肉 豆腐 人参 ごぼう 大根 里芋 こんにゃく 油揚げ 葱 醤油 みりん 煮干し	☆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	バナナ	五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 油 ごま
24	水		オレンジ 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 干し椎茸 いんげん 砂糖 醤油 みりん 煮干し	マゼドアンサラダ	じゃが芋 人参 胡瓜 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク	キウイ	☆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
25	木		バナナ 牛乳	 豆腐のまさご揚げ	豆腐 鶏ミンチ えび 玉葱 人参 生椎茸 ちりめん スキムミルク 卵 塩こしょう 片栗粉 油	かき玉汁	卵 玉葱 人参 ほうれん草 しめじ 醤油 煮干し	ミニトマト	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
26	金		キウイ 牛乳	 チンジャオロース風	牛肉 玉葱 人参 筍 えのき ピーマン じゃが芋 ごま油 酒 砂糖 醤油 片栗粉	胡瓜のレモン和え	胡瓜 トマト レタス ツナ缶 レモン汁 砂糖 醤油 ごま	オレンジ	☆いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
27	土		チーズ 牛乳	 五目ビーフン	豚肉 玉葱 人参 キャベツ ピーマン 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 煮干し	バナナ	菓子 牛乳	菓子
29	月		オレンジ 牛乳	 鯨の梅マヨ焼き	あじ 塩こしょう ごま ねり梅 マヨネーズ スキムミルク	南瓜煮	南瓜 玉葱 人参 いんげん 砂糖 醤油 煮干し	ミニトマト	ピラフ 麦茶	米 ウインナー 玉葱 人参 卵 葱 バター 塩こしょう 醤油
30	火		バナナ 牛乳	 ☆ごぼう入り牛丼	牛肉 ごぼう 玉葱 人参 糸こんにゃく えのき 卵 グリンピース 油 砂糖 醤油 酒 スキムミルク	ひじきの中華和え	ひじき 人参 胡瓜 コーン缶 ハム 砂糖 酢 醤油 ごま油 ごま	キウイ	ふかし芋 牛乳	さつま芋 塩

☆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