

平成27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	火		ヨーグルト 麦茶		高野豆腐のふわふわ煮	鶏肉 高野豆腐 卵 えび 玉葱 人参 ごぼう 干し椎茸 いんげん 油 砂糖 醤油 スkimミルク	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	キウイ	おふスナック 牛乳	麩 ごま油 塩 青のり
2	水		ちりめん 牛乳		肉団子スープ	豚ミンチ 塩こしょう 生姜 片栗粉 玉葱 人参 キャベツ しめじ 豆腐 葱 醤油 みりん 鶏ガラスープの素	☆切干大根ナムル	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま油	オレンジ	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スkimミルク 南瓜 卵 牛乳
3	木		バナナ 牛乳		☆骨太卵焼き	卵 鶏ミンチ チーズ 切干大根 玉葱 人参 ピーマン しめじ 油 塩こしょう スkimミルク	ひじき煮	ひじき 人参 干し椎茸 油揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	ミニトマト	ポテトサンド 牛乳	食パン じゃが芋 コーン缶 人参 マヨネーズ スkimミルク 塩こしょう
4	金		オレンジ 牛乳		麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 筍 ピーマン ニンニク 生姜 葱 ごま油 砂糖 醤油 味噌 スkimミルク 片栗粉	ツナサラダ	ツナ缶 レタス 胡瓜 人参 わかめ コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	梨	☆パン粉クッキー 牛乳	小麦粉 パン粉 ベーキングパウダー スkimミルク バター 砂糖 卵
5	土		チーズ 牛乳		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 煮干だし	野菜のゆかり和え	キャベツ 胡瓜 人参 コーン缶 ゆかり 砂糖 醤油	バナナ	菓子 牛乳	菓子
7	月		リンゴ 牛乳		豚肉の生姜焼き	豚肉 玉葱 人参 もやし 筍 キャベツ ピーマン 油 生姜 砂糖 醤油 みりん 酒	スパゲティサラダ	スパゲティ ハム 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スkimミルク 粉チーズ	オレンジ	スイートポテト 牛乳	さつま芋 砂糖 生クリーム スkimミルク 卵
8	火		ヨーグルト 麦茶		けんちん汁	鶏肉 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 煮干だし	☆昆布煮	刻み昆布 人参 れんこん いんげん 油 砂糖 醤油 煮干だし	バナナ	きな粉フレンチトースト 牛乳	食パン 卵 牛乳 砂糖 バター きな粉 砂糖
9	水		オレンジ 牛乳		魚のフライ タルタルソース	さけ 塩こしょう 小麦粉 パン粉 油 卵 玉葱 パセリ 酢 マヨネーズ スkimミルク	コンソメスープ	ベーコン 玉葱 人参 キャベツ じゃが芋 パセリ コンソメ 醤油	ミニトマト	ポパイ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スkimミルク ほうれん草 チーズ 牛乳
10	木		バナナ 牛乳		きのこ入りオムレツ	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 しめじ 干し椎茸 えのき ピーマン スkimミルク 油 砂糖 醤油 ケチャップ	ほうれん草の納豆和え	ほうれん草 人参 もやし 納豆 砂糖 醤油 ごま	梨	☆お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
11	金		ちりめん 牛乳		☆根菜カレー	鶏肉 玉葱 人参 れんこん ごぼう しめじ じゃが芋 ピーマン バター カレールー スkimミルク	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 醤油 酢 油	オレンジ	マーブルケーキ 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スkimミルク 卵 砂糖 バター ココア
12	土		リンゴ 牛乳		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 みりん 煮干だし	黒ごま南瓜	南瓜 黒ごま 砂糖 醤油 煮干だし	チーズ	菓子 牛乳	菓子
14	月		オレンジ 牛乳		とり天	鶏肉 塩こしょう 生姜 ニンニク 酒 みりん 醤油 卵 小麦粉 片栗粉 油	五色ナムル	小松菜 キャベツ もやし 人参 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	ミニトマト	ツナトースト 牛乳	食パン ツナ缶 玉葱 ピーマン マヨネーズ スkimミルク チーズ
15	火		バナナ 牛乳		鯖の味噌煮	さば 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒 スkimミルク 人参 煮干だし	☆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kimミルク 醤油 ごま	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
16	水		ヨーグルト 麦茶		牛丼	牛肉 玉葱 人参 糸こんにゃく えのき かまぼこ 卵 グリーンピース 油 砂糖 醤油 酒 スkimミルク	ちりめんの甘酢	ちりめん 胡瓜 人参 キャベツ 砂糖 酢 醤油 ごま	オレンジ	さつま芋のホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スkimミルク 卵 豆乳 さつま芋 バター
17	木		チーズ 牛乳		クリームシチュー	鶏肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 ブロッコリー バター クリームコーン缶 スkimミルク シチュールー	ほうれん草の おかか和え	ほうれん草 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 かつお節	梨	☆いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
18	金		オレンジ 牛乳		☆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	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	やせうま 牛乳	やせうま麺 きな粉 砂糖 塩
19	土		リンゴ 牛乳		ミートスパゲティ	合挽肉 玉葱 人参 ピーマン トマトホール缶 グリンピース バター スパゲティ ケチャップ 粉チーズ	きのこ卵のスープ	卵 しめじ えのき 生椎茸 人参 葱 醤油 コンソメ 煮干だし	オレンジ	菓子 牛乳	菓子
24	木		バナナ 牛乳		鮭の西京焼き	さけ 砂糖 味噌 みりん マヨネーズ スkimミルク ごま 油	☆根菜のきんぴら	ごぼう れんこん 人参 糸こんにゃく いんげん ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	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
25	金		ヨーグルト 麦茶		☆大豆の五目煮	鶏肉 大豆 人参 れんこん ごぼう こんにゃく 干し椎茸 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん	マカロニサラダ	マカロニ ハム 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スkimミルク 塩こしょう	リンゴ	おからドーナツ 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スkimミルク おから 砂糖 豆乳 油 きな粉 砂糖
26	土		オレンジ 牛乳		焼きそば	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし ピーマン ちくわ 中華麺 ごま油 ソース かつお節 青のり	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 煮干だし	バナナ	菓子 牛乳	菓子
28	月		バナナ 牛乳		鰯の照り焼き	ぶり 生姜 酒 砂糖 醤油 みりん 油	南瓜とひじきのサラダ	南瓜 ひじき 人参 ブロッコリー ハム マヨネーズ スkimミルク	ミニトマト	☆れんこんチップ 牛乳	れんこん 油 塩 青のり
29	火		リンゴ 牛乳		肉豆腐	牛肉 焼き豆腐 玉葱 人参 しめじ えのき 糸こんにゃく 葱 砂糖 醤油 煮干だし	ニラ納豆	納豆 ニラ 人参 もやし 砂糖 醤油 かつお節 ごま	オレンジ	五目おにぎり 麦茶	米 鶏肉 人参 干し椎茸 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 酒
30	水		チーズ 牛乳		ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ピーマン 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kimミルク	☆ちくわの甘酢和え	ちくわ 人参 胡瓜 コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま	梨	メーブルサンド 牛乳	食パン バター メーブルシロップ

☆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