

平成28年4月献立表

山の手保育園

		3歳未満児		全 員 共 通						
日	曜	はし スーン	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		リンゴ 牛乳	春野菜シチュー	鶏肉 玉葱 人参 キャベツ しめじ じゃが芋 グリンピース クリームコーン缶 バター シチュールー スキムミルク	三色ナムル	小松菜 もやし 人参 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま	いちご	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩
2	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 塩こしょう 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 煮干し	バナナ	菓子 牛乳	菓子
4	月		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 スキムミルク ごま 油	☆五目きんぴら	ごぼう れんこん 人参 糸こんにゃく ピーマン ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	ミントマ	野菜キッシュ 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
5	火		ヨーグルト 麦茶	カルシウムたっぷり 卵焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 チーズ ひじき ちりめん スキムミルク 塩こしょう 油 ケチャップ	小松菜の納豆和え	納豆 小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 かつお節 ごま	リンゴ	☆ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
6	水		ちりめん 牛乳	ポテトグラタン	鶏肉 じゃが芋 玉葱 人参 しめじ グリンピース バター 小麦粉 牛乳 スキムミルク 塩こしょう コンソメ 粉チーズ	春キャベツと ウインナーのソテー	ウインナー キャベツ 人参 コーン缶 ピーマン 油 醤油 塩こしょう	オレンジ	五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 油 ごま
7	木		リンゴ 牛乳	☆新ごぼうのつくね揚げ	鶏ミンチ ごぼう 玉葱 葱 卵 片栗粉 スキムミルク 油 砂糖 醤油 みりん ごま	ブロッコリーの 味噌マヨ和え	ブロッコリー 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ 味噌 スキムミルク ごま	ミントマ	さつま芋パン 牛乳	さつま芋パン
8	金		オレンジ 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 スキムミルク	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	リンゴ	小松菜のきなこクッキー 牛乳	小松菜 きな粉 油 砂糖 小麦粉
9	土		バナナ 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 煮干し	南瓜煮	南瓜 玉葱 人参 いんげん 砂糖 醤油 煮干し	チーズ	菓子 牛乳	菓子
11	月		ヨーグルト 麦茶	麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 筍 干し椎茸 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	☆胡瓜とわかめの 酢の物	胡瓜 わかめ キャベツ 人参 かまぼこ 砂糖 酢 醤油 ごま	バナナ	かぼちゃようかん 牛乳	南瓜 粉寒天 砂糖 塩
12	火		オレンジ 牛乳	☆鶏と大豆の煮物	鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん こんにゃく 干し椎茸 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	マカロニサラダ	マカロニ 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう	リンゴ	黒ごまマフィン 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク バター 砂糖 卵 豆腐 黒ごま
13	水		バナナ 牛乳	チーズオムレツ	卵 牛ミンチ チーズ 小松菜 玉葱 人参 しめじ バター 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	☆切干大根ナムル	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 酢 醤油 ごま油 ごま	オレンジ	はりはり蒸しパン 牛乳	さつま芋 小麦粉 スキムミルク 豆乳 ベーキングパウダー 砂糖 塩
14	木		リンゴ 牛乳	鮭のキャベツソース	さけ 塩こしょう 小麦粉 油 玉葱 しめじ キャベツ バター コンソメ スキムミルク	新じゃがのそぼろ煮	鶏ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 みりん	ミントマ	フルーツヨーグルト 麦茶	ヨーグルト バナナ みかん缶 黄桃缶
15	金		チーズ 牛乳	ハンバーグカレー	鶏ミンチ 豚ミンチ 塩こしょう 卵 パン粉 玉葱 人参 コーン缶 じゃが芋 グリンピース カレールー スキムミルク	フレンチサラダ	レタス キャベツ 胡瓜 人参 ハム 砂糖 酢 醤油 油	いちご	クッキー 牛乳	小麦粉 砂糖 バター 卵黄 食紅 抹茶 黒ごま
16	土		バナナ 牛乳	肉味噌スパゲティ	豚ミンチ 玉葱 人参 もやし グリンピース スパゲティ 味噌 醤油 みりん	豆腐と卵のスープ	豆腐 卵 しめじ 葱 醤油 鶏ガラスープの素 煮干し	オレンジ	菓子 牛乳	菓子
18	月		オレンジ 牛乳	すき焼き風煮	牛肉 焼き豆腐 人参 大根 白菜 えのき じゃが芋 糸こんにゃく 春菊 油 砂糖 醤油	海苔チーズ納豆	納豆 人参 小松菜 チーズ 海苔 砂糖 醤油	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
19	火		バナナ 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	アスパラサラダ	アスパラ レタス 人参 ちりめん 砂糖 醤油 酢 油	ミントマ	かぼちゃのホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 南瓜 卵 豆乳 バター
20	水		チーズ 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	レバー煮	鶏レバー 生姜 人参 糸こんにゃく ニラ ごま油 砂糖 醤油	いちご	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
21	木		リンゴ 牛乳	鯖の味噌煮	さば 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒 人参 煮干し	☆ごぼうサラダ	ごぼう 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク 醤油 ごま	オレンジ	クリームパン 牛乳	クリームパン
22	金		ヨーグルト 麦茶	高野豆腐の卵とじ	鶏肉 高野豆腐 卵 玉葱 人参 干し椎茸 いんげん スキムミルク 油 砂糖 醤油 煮干し	ちりめんの甘酢	ちりめん 胡瓜 キャベツ 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	リンゴ	おからドーナツ 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク おから 砂糖 豆乳 油 きな粉 砂糖
23	土		オレンジ 牛乳	ポトフ	ベーコン ウインナー 玉葱 人参 キャベツ しめじ じゃが芋 グリンピース 醤油 コンソメ	ブロッコリー のおかか和え	ブロッコリー 人参 もやし 砂糖 醤油 かつお節	バナナ	菓子 牛乳	菓子
25	月		リンゴ 牛乳	鱈の照り焼き	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	☆筍おにぎり 麦茶	米 筍 ベーコン いんげん 砂糖 醤油
26	火		バナナ 牛乳	☆筑前煮	鶏肉 人参 ごぼう れんこん 生椎茸 里芋 こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	春雨の酢の物	春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま	リンゴ	スイートポテト 牛乳	さつま芋 砂糖 生クリーム スキムミルク 卵
27	水		ヨーグルト 麦茶	お好み焼き風卵焼き	卵 ベーコン 玉葱 人参 キャベツ ピーマン スキムミルク 油 ソース かつお節 青のり	五目納豆	納豆 人参 小松菜 たくあん ちりめん 砂糖 醤油	オレンジ	キャロットチーズ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク 人参 チーズ 牛乳
28	木		ちりめん 牛乳	チキンライス	米 鶏肉 玉葱 ケチャップ ソース コンソメ 塩こしょう パセリ	エビフライ ポテトサラダ	えび 塩こしょう 小麦粉 パン粉 油 じゃが芋 人参 胡瓜 コーン缶 ハム 卵 マヨネーズ 塩こしょう	いちご	クレープ 牛乳	小麦粉 砂糖 牛乳 卵 生クリーム バナナ ココア
30	土		バナナ 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	ちくわと胡瓜のごま酢	ちくわ わかめ 胡瓜 レタス 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	チーズ	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