

平成28年5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	
2	月		リンゴ バナナ	マカロニグラタン	鶏肉 マカロニ 玉葱 人参 ビーマン しめじ スキムミルク バター 小麦粉 牛乳 コンソメ チーズ	☆昆布煮	刻み昆布 油揚げ 人参 いんげん 油 砂糖 醤油 煮干し	ミニトマト	キャロットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 豆乳 人参 バター 砂糖
6	金		バナナ 牛乳	☆きのこ入り親子丼	鶏肉 卵 玉葱 人参 干し椎茸 しめじ えのき かまぼこ 葱 スキムミルク 砂糖 醤油 みりん 煮干し	野菜のオーロラソース	ブロッコリー 人参 じゃが芋 コーン缶 ハム マヨネーズ ケチャップ スキムミルク	リンゴ	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
7	土		オレンジ 牛乳	春野菜のナポリタン	ウインナー 玉葱 人参 キャベツ アスパラ ホールトマト缶 バター スパゲティ ケチャップ ソース 塩こしょう	青のりポテト	じゃが芋 青のり 塩 粉チーズ	バナナ	菓子 牛乳	菓子
9	月		ヨーグルト 麦茶	ちりめんの卵焼き	ちりめん ベーコン 卵 玉葱 人参 しめじ 小松菜 スキムミルク 油 砂糖 醤油	☆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	ミニトマト	ココアバナナ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク ココア バナナ 牛乳
10	火		リンゴ 牛乳	☆筑前煮	鶏肉 人参 ごぼう れんこん 生椎茸 里芋 こんにやく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	五目納豆	納豆 人参 小松菜 たくあん ちりめん 砂糖 醤油 ごま	キウイ	かぼちゃクッキー 牛乳	南瓜 小麦粉 スキムミルク バター 砂糖 卵
11	水		バナナ 牛乳	鮭のキャベツソースかけ	さけ 塩こしょう 油 玉葱 しめじ キャベツ バター コンソメ スキムミルク	新じゃがの味噌煮	豚肉 じゃが芋 人参 厚揚げ 葱 油 味噌 砂糖 醤油	オレンジ	田舎おにぎり 麦茶	米 大根葉 油揚げ 油 砂糖 醤油 みりん ごま
12	木		ちりめん 牛乳	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	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 スキムミルク	リンゴ	☆カルシウムラスク 牛乳	食パン バター 粉チーズ 青のり ごま スキムミルク
13	金		オレンジ 牛乳	高野豆腐のつくね揚げ	鶏ミンチ 高野豆腐 玉葱 葱 卵 片栗粉 スキムミルク 油 砂糖 醤油 ごま	アスパラソテー	ベーコン アスパラ キャベツ 人参 コーン缶 油 醤油 塩こしょう	ミニトマト	さつま芋のホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 豆乳 さつま芋 バター
14	土		チーズ 牛乳	焼きうどん	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし ビーマン かまぼこ うどん麺 ごま油 ソース 塩こしょう 青のり かつお節	かき玉汁	卵 玉葱 人参 小松菜 しめじ 醤油 鶏ガラスープの素 煮干し	バナナ	菓子 牛乳	菓子
16	月		バナナ 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	☆お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
17	火		リンゴ 牛乳	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 油 砂糖 醤油	ブロッコリーの おかか和え	ブロッコリー 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 かつお節	キウイ	やせうま 牛乳	やせうま麺 きな粉 砂糖 塩 スキムミルク
18	水		ヨーグルト 麦茶	大豆カレー	鶏肉 大豆 玉葱 人参 しめじ アスパラ じゃが芋 油 カレールー スキムミルク	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	リンゴ	メープルマフィン 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク バター 砂糖 卵 牛乳 メープルシロップ
19	木		オレンジ 牛乳	豆腐チャンプルー	豚肉 豆腐 玉葱 人参 しめじ もやし 卵 葱 ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	小松菜の納豆和え	納豆 小松菜 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま	バナナ	コーントースト 牛乳	食パン クリームコーン缶 マヨネーズ スキムミルク パセリ 塩こしょう
20	金		リンゴ 牛乳	肉じゃが	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにやく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 煮干し	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	オレンジ	☆いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
21	土		バナナ 牛乳	ミネストローネ	ベーコン ウインナー 玉葱 人参 キャベツ しめじ ビーマン じゃが芋 ホールトマト缶 ケチャップ コンソメ	黒ごま南瓜	南瓜 黒ごま 砂糖 醤油 煮干し	チーズ	菓子 牛乳	菓子
23	月		オレンジ 牛乳	鶏肉のマーメレード焼き	鶏肉 マーメレード 醤油 みりん 油	☆根菜のきんぴら	ごぼう れんこん 人参 糸こんにやく ビーマン ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	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
24	火		ちりめん 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 スキムミルク	五色ナムル	小松菜 人参 もやし 黄パプリカ ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	オレンジ	芋ようかん 牛乳	さつま芋 粉寒天 砂糖
25	水		ヨーグルト 麦茶	ポークシチュー	豚肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 グリンピース バター ハヤシルー スキムミルク	ちりめんの甘酢和え	ちりめん 胡瓜 キャベツ 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	リンゴ	きなこポーロ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 卵黄 砂糖 牛乳 きな粉 片栗粉
26	木		バナナ 牛乳	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	じゃが芋のソテー	じゃが芋 ウインナー 玉葱 人参 コーン缶 バター 塩こしょう	キウイ	五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 油 ごま
27	金		オレンジ 牛乳	ジャーマンオムレツ	牛ミンチ 卵 じゃが芋 玉葱 人参 ビーマン 油 スキムミルク 砂糖 塩こしょう ケチャップ	☆切干大根サラダ	切干大根 胡瓜 キャベツ 人参 ハム マヨネーズ スキムミルク	ミニトマト	ジャムチーズサンド 牛乳	食パン クリームチーズ いちごジャム
28	土		リンゴ 牛乳	五目ビーフン	豚肉 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 豆腐 玉葱 人参 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
30	月		チーズ 牛乳	麻婆豆腐	鶏ミンチ 豆腐 玉葱 人参 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	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	オレンジ	おふスナック 牛乳	麩 ごま油 塩 青のり
31	火		バナナ 牛乳	☆岩石揚げ	鶏ミンチ 大豆 さつま芋 ひじき えび 人参 小麦粉 卵 スキムミルク 砂糖 醤油 油	シーザーサラダ	ベーコン 胡瓜 レタス 人参 コーン缶 マヨネーズ 酢 スキムミルク 粉チーズ	ミニトマト	リンゴゼリー 麦茶	リンゴジュース 粉寒天 砂糖

☆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