

平成28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	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	水		ヨーグルト 麦茶		ささみのピカタ	ささみ 塩こしょう 酒 小麦粉 卵 粉チーズ ケチャップ	☆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	キウイ	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 パター
2	木		オレンジ 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	野菜の味噌汁	玉葱 人参 青梗菜 豆腐 油揚げ 味噌 スキムミルク 煮干し	バナナ	三色おにぎり 麦茶	米 鶏ミンチ 砂糖 醤油 コーン缶 ゆかり ごま
3	金		キウイ 牛乳		☆ごぼう入り ハンバーグ	鶏ミンチ 豚ミンチ 塩こしょう 玉葱 人参 ごぼう 干し椎茸 卵 パン粉 スキムミルク 油 ケチャップ ソース	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	☆ちりめんトースト 牛乳	食パン ちりめん マヨネーズ スキムミルク 青のり チーズ
4	土		バナナ 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 鶏ガラスープの素 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
6	月		ヨーグルト 麦茶		牛肉の柳川風煮	牛肉 卵 玉葱 人参 ごぼう 糸こんにゃく かまぼこ グリーンピース 油 砂糖 醤油 煮干し	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	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
7	火		バナナ 牛乳		クリームシチュー	鶏肉 玉葱 人参 しめじ ブロッコリー じゃが芋 バター クリームコーン缶 シチュールー スキムミルク	☆ちりめんきんぴら	ちりめん ごぼう れんこん 人参 ピーマン ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒	キウイ	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
8	水		オレンジ 牛乳		鮭のしそチーズフライ	さけ 塩こしょう 小麦粉 しそ チーズ パン粉 油	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	ミニトマト	☆野菜スティック 牛乳	胡瓜 人参 マヨネーズ 味噌
9	木		ちりめん 牛乳		大豆入り ミネストローネ	大豆 豚肉 玉葱 人参 キャベツ しめじ じゃが芋 ホールトマト缶 ケチャップ スキムミルク コンソメ 醤油 パセリ	☆切干大根のツナ和え	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ツナ缶 砂糖 醤油	オレンジ	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
10	金		バナナ 牛乳		炒り豆腐	豆腐 鶏肉 えび 卵 玉葱 人参 青梗菜 干し椎茸 かまぼこ 油 スキムミルク 砂糖 醤油	☆かみかみサラダ	さきいか ごぼう 人参 胡瓜 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 醤油 ごま	キウイ	ココアクッキー 牛乳	小麦粉 ココア ベーキングパウダー スキムミルク バター 砂糖 卵
11	土		チーズ 牛乳		焼きうどん	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし ピーマン 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	胡瓜のレモン和え	胡瓜 トマト レタス ささみ レモン汁 砂糖 醤油	バナナ	菓子 牛乳	菓子
13	月		キウイ 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	☆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	オレンジ	ふかし芋 牛乳	さつま芋 塩
14	火		バナナ 牛乳		鯊の梅マヨ焼き	あじ 塩こしょう ごま ねり梅 マヨネーズ スキムミルク	小松菜のソテー	小松菜 人参 もやし 油揚げ ちりめん 油 砂糖 醤油	ミニトマト	ピラフ 麦茶	米 ウインナー 玉葱 人参 卵 葱 パター 塩こしょう 醤油
15	水		ちりめん 牛乳		キーマカレー	牛ミンチ 豚ミンチ 玉葱 人参 ピーマン しめじ じゃが芋 スキムミルク カレールー ホールトマト缶 コンソメ	☆ごま入り 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	キウイ	チーズケーキ 牛乳	クリームチーズ 砂糖 卵 生クリーム 小麦粉 スキムミルク レモン汁 粉砂糖
16	木		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	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	バナナ	☆いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
17	金		オレンジ 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 酒	海苔チーズ納豆	納豆 人参 小松菜 チーズ 海苔 砂糖 醤油	ミニトマト	メープルサンド 牛乳	食パン パター メープルシロップ
18	土		バナナ 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 赤パプリカ 黄パプリカ スパゲティ オリーブ油 ニンニク 醤油 塩こしょう	じゃが芋のポターージュ	鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 クリームコーン缶 牛乳 コンソメ 醤油 パセリ	オレンジ	菓子 牛乳	菓子
20	月		チーズ 牛乳		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 煮干し	☆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	キウイ	☆鮭とわかめのおにぎり 麦茶	米 鮭フレーク わかめ ごま
21	火		オレンジ 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	春雨スープ	春雨 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	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
22	水		ヨーグルト 麦茶		スパニッシュオムレツ	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	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	オレンジ	☆ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
23	木		キウイ 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	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	ミニトマト	フルーチェ 麦茶	フルーチェ 牛乳 みかん缶
24	金		ちりめん 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	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	☆パン粉クッキー 牛乳	小麦粉 パン粉 ベーキングパウダー スキムミルク バター 砂糖 卵
25	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	野菜スープ	ベーコン 玉葱 人参 えのき じゃが芋 コンソメ 醤油 煮干し	チーズ	菓子 牛乳	菓子
27	月		オレンジ 牛乳		鮭のバター焼き	さけ 塩こしょう 小麦粉 パター	☆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	バナナ	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
28	火		ヨーグルト 麦茶		☆鶏肉と大豆の煮物	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	ポテトサラダ	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 塩こしょう	キウイ	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩
29	水		バナナ 牛乳		ツナオムレツ	ツナ缶 卵 玉葱 人参 ピーマン 切干大根 塩 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	☆オクラ納豆	オクラ 納豆 人参 えのき 砂糖 醤油 かつお節	オレンジ	肉味噌おにぎり 麦茶	米 豚ミンチ 味噌 みりん 油 青のり ごま
30	木		チーズ 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 スキムミルク 卵 塩こしょう 片栗粉 油	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	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

☆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