

平成28年8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	月		バナナ 牛乳		とり天	鶏肉 醤油 塩こしょう 生姜 ニンニク 酒 みりん 卵 小麦粉 片栗粉 油	キャベツのごま和え	キャベツ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 ごま	キウイ	ふかし羊 牛乳	さつま芋 塩
2	火		ちりめん 牛乳		★カルシウムオムレツ	卵 鶏ミンチ チーズ 玉葱 人参 ピーマン 干し椎茸 切干大根 スキムミルク 塩こしょう 油 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 ちくわ 砂糖 酢 醤油 ごま	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
3	水		ヨーグルト 麦茶		肉豆腐	牛肉 焼き豆腐 玉葱 人参 しめじ えのき ごぼう 糸こんにゃく 葱 砂糖 醤油 煮干し	ピーマンのじゃこ炒め	ピーマン 黄パプリカ 人参 ちりめん 砂糖 醤油 ごま油 ごま	バナナ	★れんこんチップス 牛乳	れんこん 油 塩 青のり
4	木		キウイ 牛乳		枝豆入りふんわり揚げ	豆腐 鶏ミンチ 枝豆 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	人参しりしり風	人参 ニラ ツナ缶 卵 スキムミルク 砂糖 醤油 塩こしょう ごま油	ミトマト	★ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
5	金		オレンジ 牛乳		トマト入りカレー	牛肉 玉葱 人参 トマト 南瓜 ピーマン 茄子 バター スキムミルク カレールー	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	スイカ	にんじんクッキー 牛乳	人参 小麦粉 バター 砂糖 卵 スキムミルク
6	土		キウイ 牛乳		焼きそば	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし かまぼこ ピーマン 中華麺 ごま油 塩こしょう ソース 青のり かつお節	青梗菜と卵のスープ	青梗菜 人参 えのき 卵 醤油 鶏ガラスープの素 煮干し	バナナ	菓子 牛乳	菓子
8	月		バナナ 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	オクラの ドレッシング和え	オクラ 胡瓜 レタス 人参 コーン缶 砂糖 酢 醤油 油	オレンジ	★切干大根おにぎり 麦茶	米 切干大根 ベーコン 醤油 砂糖 酒 ごま
9	火		ちりめん 牛乳		八宝菜	豚肉 えび いか 玉葱 人参 キャベツ 筍 ピーマン 干し椎茸 葱 ごま油 鶏ガラスープの素 砂糖 醤油 片栗粉	レモンサラダ	レタス 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 レモン汁	バナナ	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
10	水		ヨーグルト 麦茶		親子丼	鶏肉 卵 玉葱 人参 かまぼこ 干し椎茸 葱 砂糖 醤油 みりん 煮干し	じゃがコーンソテー	ウインナー じゃが芋 コーン缶 人参 油 コンソメ 醤油 粉チーズ パセリ	キウイ	サーターアンダギー 牛乳	ホットケーキミックス 小麦粉 スキムミルク 卵 砂糖 油
12	金		オレンジ 牛乳		鮭の和風ムニエル	さけ 醤油 みりん 小麦粉 バター パセリ	★ごぼうときのこの ソテー	ごぼう ベーコン しめじ 人参 ピーマン バター 醤油 塩こしょう	ミトマト	コートrost 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
13	土		チーズ 牛乳		夏野菜ナポリタン	ウインナー 玉葱 人参 ピーマン 黄パプリカ トマト スパゲティ バター ケチャップ	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	キウイ	菓子 牛乳	菓子
15	月		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	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	オレンジ	菓子 牛乳	菓子
16	火		ちりめん 牛乳		豚肉の生姜焼き	豚肉 玉葱 人参 ピーマン もやし キャベツ 油 生姜 砂糖 醤油 みりん 酒	ブロッコリー のおかか和え	ブロッコリー 人参 コーン缶 ちくわ 砂糖 醤油 かつお節	チーズ	フルーツヨーグルト 麦茶	ヨーグルト バナナ みかん缶 バイン缶
17	水		ヨーグルト 麦茶		★ちりめん入り卵焼き	ちりめん ベーコン 卵 玉葱 人参 しめじ えのき 小松菜 葱 スキムミルク 砂糖 醤油	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	ミトマト	菓子 牛乳	菓子
18	木		キウイ 牛乳		肉かぼちゃ	牛肉 南瓜 玉葱 人参 ごぼう 厚揚げ 糸こんにゃく いんげん 砂糖 醤油 酒 煮干し	野菜の梅和え	キャベツ 胡瓜 人参 ちくわ 砂糖 醤油 ねり梅	バナナ	★鮭とわかめのおにぎり 麦茶	米 鮭フレーク わかめ ごま
19	金		オレンジ 牛乳		豆腐と青菜の チャンプルー	豆腐 豚肉 ニラ 人参 玉葱 青梗菜 卵 ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	★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	やせうま 牛乳	やせうま麺 きな粉 砂糖 塩 スキムミルク
20	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 煮干し	さつま芋のレモン煮	さつま芋 レモン汁 砂糖	チーズ	菓子 牛乳	菓子
22	月		オレンジ 牛乳		鯨のごま味噌焼き	あじ 塩こしょう 味噌 砂糖 ごま スキムミルク 葱	小松菜の納豆和え	納豆 小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 ごま	ミトマト	★きなこラスク 牛乳	食パン バター スキムミルク きな粉 砂糖
23	火		キウイ 牛乳		かぼちゃシチュー	鶏肉 玉葱 人参 しめじ 南瓜 ブロッコリー バター クリームコーン缶 スキムミルク シチュールー	フレンチサラダ	レタス キャベツ 胡瓜 人参 ハム コーン缶 砂糖 酢 醤油 油	バナナ	ジャムマフィン 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 ヨーグルト 牛乳 バター 卵 いちごジャム
24	水		ちりめん 牛乳		★れんこん入り松風焼き	鶏ミンチ 豆腐 れんこん 玉葱 人参 葱 干し椎茸 卵 パン粉 味噌 砂糖 醤油 ごま	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	キウイ	★お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
25	木		ヨーグルト 麦茶		ビビンバ丼	牛肉 焼肉のタレ 油 もやし 人参 ほうれん草 砂糖 醤油 酢 ごま油 卵 塩こしょう	胡瓜のゆかり和え	胡瓜 人参 キャベツ コーン缶 ゆかり 砂糖 醤油 ごま	オレンジ	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
26	金		バナナ 牛乳		★大豆と昆布の煮物	鶏肉 大豆 人参 厚揚げ ごぼう 刻み昆布 れんこん 干し椎茸 こんにゃく いんげん 油 砂糖 醤油 みりん	冬瓜スープ	豚ミンチ 冬瓜 しめじ 人参 葱 醤油 出し昆布 かつお節	キウイ	ポテともち 牛乳	じゃが芋 スキムミルク 油 片栗粉 醤油 チーズ 青のり 刻み海苔
27	土		オレンジ 牛乳		冷やし中華	ハム 卵 トマト 胡瓜 人参 干し椎茸 中華麺 砂糖 醤油 酢 ごま 出し昆布 かつお節	黒ごま南瓜	南瓜 黒ごま 砂糖 醤油 煮干し	バナナ	菓子 牛乳	菓子
29	月		チーズ 牛乳		タンドリーチキン	鶏肉 塩こしょう 玉葱 ニンニク カレー粉 醤油 プレーンヨーグルト	★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	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
30	火		バナナ 牛乳		★いわしの満点揚げ	いわしミンチ 生姜 ちりめん 豆腐 さつま芋 卵 葱 ごま みりん 味噌 醤油 片栗粉 青のり 油	夏野菜の味噌汁	鶏肉 茄子 南瓜 オクラ 油揚げ 葱 味噌 スキムミルク 煮干し	ミトマト	オレンジゼリー 麦茶	オレンジジュース 粉寒天 砂糖
31	水		キウイ 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	春雨の酢の物	春雨 胡瓜 人参 ハム コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	★小魚おやき 牛乳	小麦粉 スキムミルク ちりめん 桜えび キャベツ 卵 葱 塩 油 ソース 青のり

★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