

平成29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	木		ヨーグルト 麦茶		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kimミルク コンソメ 醤油 パセリ	☆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	かぼちゃのホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スkimミルク 南瓜 卵 豆乳 バター
2	金		オレンジ 牛乳		☆ささみの しそチーズフライ	ささみ 塩こしょう 小麦粉 しそ チーズ パン粉 油	キャベツの胡麻和え	キャベツ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 ごま	ミントマト	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
3	土		キウイ 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	南瓜煮	南瓜 玉葱 人参 いんげん 砂糖 醤油 煮干だし	バナナ	菓子 牛乳	菓子
5	月		バナナ 牛乳		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 煮干だし	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	☆ちりめんトースト 牛乳	食パン ちりめん マヨネーズ スkimミルク 青のり チーズ
6	火		ヨーグルト 麦茶		ツナオムレツ	ツナ缶 卵 玉葱 人参 ピーマン 切干大根 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	☆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	バナナ	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
7	水		オレンジ 牛乳		鰯の梅マヨ焼き	あじ 塩こしょう ごま ねり梅 マヨネーズ スkimミルク	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	ミントマト	ピラフ 麦茶	米 ウインナー 玉葱 人参 卵 葱 バター 塩こしょう 醤油
8	木		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 煮干だし	☆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	ふかし芋 牛乳	さつま芋 塩
9	金		ちりめん 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kimミルク 片栗粉	野菜の味噌汁	玉葱 人参 青梗菜 豆腐 油揚げ 味噌 スkimミルク 煮干だし	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
10	土	☆ 運 動 会 ☆									
12	月		キウイ 牛乳		千草焼き	鶏ミンチ 卵 玉葱 人参 ピーマン 干し椎茸 スkimミルク 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	バナナ	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
13	火		オレンジ 牛乳		☆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	☆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	☆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
14	水		バナナ 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kimミルク 卵 塩こしょう 片栗粉 油	野菜のドレッシング 和え	ハム レタス 人参 胡瓜 もやし 砂糖 酢 醤油 油	ミントマト	五目おにぎり 麦茶	米 鶏ミンチ ごぼう 人参 いんげん 油 醤油 みりん
15	木		ちりめん 牛乳		酢鶏	鶏肉 玉葱 人参 ピーマン 筍 干し椎茸 油 砂糖 酢 醤油 ケチャップ 酒 片栗粉	中華サラダ	焼き豚 チシャ 人参 胡瓜 もやし 砂糖 酢 醤油 ごま油	オレンジ	ポテトもち 牛乳	じゃが芋 スkimミルク 油 片栗粉 醤油 チーズ 青のり 刻み海苔
16	金		ヨーグルト 麦茶		大豆カレー	鶏肉 大豆 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 油 カレールー スkimミルク	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kimミルク ごま	バナナ	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
17	土		オレンジ 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 スパゲティ麺 油 ニンニク 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 煮干だし	チーズ	菓子 牛乳	菓子
19	月		バナナ 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	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	かぼちゃようかん 牛乳	南瓜 粉寒天 砂糖 塩
20	火		チーズ 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kimミルク 砂糖 醤油	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	キウイ	バナナビスケット 牛乳	ホットケーキミックス バナナ レモン汁 バター 卵黄 スkimミルク
21	水		オレンジ 牛乳		そら豆シチュー	鶏肉 そら豆 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 クリームコーン缶 バター シチュールー スkimミルク	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	バナナ	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
22	木		ヨーグルト 麦茶		マカロニグラタン	鶏肉 マカロニ 玉葱 人参 ピーマン しめじ スkim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 煮干だし	オレンジ	キャラットチーズ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スkimミルク 人参 チーズ 牛乳
23	金		キウイ 牛乳		鮭のバター焼き	さけ 塩こしょう 小麦粉 バター	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	ミントマト	☆やさいスティック 牛乳	胡瓜 人参 マヨネーズ 味噌
24	土		チーズ 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 煮干だし	バナナ	菓子 牛乳	菓子
26	月		ちりめん 牛乳		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kim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	キウイ	☆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
27	火		オレンジ 牛乳		豚肉とニラの炒め物	豚肉 ニラ もやし 玉葱 人参 エリンギ ごま油 薄口醤油 塩こしょう	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	バナナ	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
28	水		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 煮干だし	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	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩
29	木		キウイ 牛乳		☆さばの カレー風味揚げ	さば 塩こしょう カレー粉 小麦粉 片栗粉 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	ミントマト	石垣もち 牛乳	さつま芋 小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 砂糖
30	金		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kimミルク 煮干だし	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	キウイ	黒ごまマフィン 牛乳	ホットケーキミックス スkimミルク バター 砂糖 卵 豆腐 黒ゴマ

☆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