

平成29年7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	土		バナナ 牛乳		豆乳カレーうどん	豚肉 玉葱 人参 しめじ 油揚げ うどん麺 葱 豆乳 カレールー 醤油 煮干だし	三色和え	青梗菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま	キウイ	菓子牛乳	菓子
3	月		オレンジ 牛乳		チーズオムレツ	卵 牛ミンチ チーズ ほうれん草 玉葱 人参 しめじ スキムミルク バター 塩こしょう ケチャップ	オクラ納豆	オクラ 納豆 人参 ちりめん 砂糖 醤油 ごま	バナナ	ゴマラスク牛乳	食パン 練りゴマ 砂糖 バター
4	火		キウイ 牛乳		☆ごぼう入り ハヤシライス	豚肉 玉葱 人参 ごぼう しめじ 茄子 じゃが芋 グリンピース バター ハヤシルー スキムミルク	ささみのしそ風味	ささみ 胡瓜 人参 キャベツ しそ 砂糖 醤油 レモン汁 ごま	オレンジ	☆れんこんチップス牛乳	れんこん 油 塩 青のり
5	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 煮干だし	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 ごま	キウイ	レモンケーキ牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 卵 グラニュー糖 生クリーム レモン汁 バター
6	木		バナナ 牛乳		鮭のレモン焼き	さけ 生姜 醤油 レモン汁 油 パセリ	ちくわと胡瓜の ごま酢	ちくわ 人参 胡瓜 コーン缶 わかめ 砂糖 酢 醤油 ごま	ミニトマト	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	金		ちりめん 牛乳		お星さまカレー	鶏ミンチ 玉葱 人参 ピーマン じゃが芋 南瓜 コーン缶 バター カレールー スキムミルク	スパゲティサラダ	スパゲティ ハム 胡瓜 人参 マヨネーズ 粉チーズ	オレンジ	フルーツポンチ カルピス(ぶどう味)	スイカ メロン バナナ パイン缶 寒天ゼリーの素 (※香料・クチナシ色素が入っています)
8	土		キウイ 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 ソース かつお節 青のり	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
10	月		チーズ 牛乳		麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 筍 干し椎茸 ピーマン 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 ハム 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	オレンジ	スイートポテトクッキー 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク バター 砂糖 牛乳 さつまいも
11	火		キウイ 牛乳		鶏肉の マーマレード焼き	鶏肉 マーマレード 醤油 みりん 油	じゃが芋と いんげんのソテー	じゃが芋 人参 いんげん コーン缶 油 コンソメ 塩こしょう	ミニトマト	五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 油 ごま
12	水		ヨーグルト 麦茶		鱈の南蛮漬け	あじ 塩こしょう 片栗粉 小麦粉 油 玉葱 人参 ピーマン 砂糖 醤油 酢	☆昆布煮	刻み昆布 人参 れんこん いんげん 油 砂糖 醤油 煮干だし	バナナ	かぼちゃサンド 牛乳	食パン 南瓜 砂糖 バター スキムミルク
13	木		オレンジ 牛乳		ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ グリンピース 油 ケチャップ ホールトマト缶 コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	トマトとオクラの じゃこ和え	トマト オクラ レタス ちりめん 砂糖 醤油	キウイ	やせうま 牛乳	やせうま麺 きな粉 砂糖 塩
14	金		バナナ 牛乳		厚揚げチャンプルー	豚肉 厚揚げ 玉葱 人参 しめじ もやし 卵 葱 ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	☆バンバンジー風 サラダ	切干大根 胡瓜 人参 ツナ缶 マヨネーズ 砂糖 酢 醤油 ごま油 ごま	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
15	土		キウイ 牛乳		なす入り ミートスパゲッティ	合挽肉 なす 玉葱 人参 ピーマン トマトホール缶 バター スパゲティ ケチャップ 砂糖 醤油	コーンスープ	ベーコン 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	チーズ	菓子牛乳	菓子
18	火		バナナ 牛乳		☆牛肉の柳川風煮	牛肉 卵 玉葱 人参 ごぼう 切干大根 糸こんにゃく かまぼこ グリンピース 油 砂糖 醤油 煮干だし	ちりめんの甘酢	ちりめん 胡瓜 人参 キャベツ 砂糖 酢 醤油 ごま	オレンジ	☆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
19	水		ヨーグルト 麦茶		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	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 ごま	キウイ	きな粉ボーロ 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
20	木		オレンジ 牛乳		ごま風味肉じゃが	牛ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん ごま 煮干だし	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	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 塩 青のり
21	金		キウイ 牛乳		☆鯛の満点揚げ	いわしミンチ 生姜 ちりめん さつまいも 豆腐 葱 卵 青のり ごま 片栗粉 味噌 みりん 醤油 油	ビーンズサラダ	大豆 人参 胡瓜 ベーコン コーン缶 マヨネーズ スキムミルク	ミニトマト	☆切干大根おにぎり 麦茶	米 切干大根 ベーコン 砂糖 醤油 酒 ごま
22	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	胡瓜のゆかり和え	キャベツ 胡瓜 人参 コーン缶 ゆかり 砂糖 醤油 ごま	オレンジ	菓子牛乳	菓子
24	月		ちりめん 牛乳		鮭の和風ムニエル	さけ 醤油 みりん バター	☆根菜のきんぴら	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	キウイ	きなこ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク きな粉 小豆缶 牛乳
25	火		オレンジ 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	もやしのナムル	もやし 胡瓜 人参 レタス ハム 砂糖 酢 醤油 ごま油	バナナ	リンゴゼリー 麦茶	リンゴジュース 粉寒天 砂糖
26	水		ヨーグルト 麦茶		肉団子スープ	鶏ミンチ 塩こしょう 生姜 片栗粉 玉葱 人参 もやし 小松菜 生椎茸 豆腐 葱 醤油 みりん 鶏がらスープの素	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	チーズクッキー 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク バター 砂糖 卵 粉チーズ
27	木		バナナ 牛乳		青菜とちりめんの 卵焼き	卵 ちりめん 玉葱 人参 小松菜 しめじ スキムミルク 油 砂糖 醤油	☆かみかみサラダ	さきいか ごぼう 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ 醤油 ごま スキムミルク	ミニトマト	☆ふかしとうもろこし 牛乳	とうもろこし
28	金		オレンジ 牛乳		☆鶏肉と大豆の煮物	鶏肉 大豆 人参 れんこん ごぼう こんにゃく 干し椎茸 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん	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	バナナ	やさいキッシュ 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
29	土		キウイ 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	トマトスープ	トマト 玉葱 コーン缶 コンソメ 醤油	チーズ	菓子牛乳	菓子
31	月		バナナ 牛乳		夏野菜の豚汁	豚肉 玉葱 人参 なす オクラ 南瓜 油揚げ 豆腐 葱 味噌 煮干だし	ニラの卵とじ	ニラ 卵 人参 油揚げ 油 砂糖 醤油	オレンジ	☆コーンフレークケーキ 牛乳	コーンフレーク マシュマロ バター

☆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