

平成29年9月献立表

山の手保育園

		3歳未満児									
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	金		オレンジ牛乳		豆腐と青菜のチャンプルー	豆腐 豚肉 にら 人参 玉葱 青梗菜 卵 ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	★根菜のきんぴら	ごぼう れんこん 人参 糸こんにゃく いんげん ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒	キウイ	★たくあんパン牛乳	ホットケーキミックス 牛乳 スキムミルク 卵 たくあん ちりめん マヨネーズ チーズ 刻み海苔
2	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 煮干だし	青のりポテト	じゃが芋 青のり 塩 粉チーズ	オレンジ	菓子牛乳	菓子
4	月		ちりめん牛乳		鯖の味噌煮	鯖 生姜 砂糖 醤油 みりん 酒 人参 味噌	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	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
5	火		ヨーグルト麦茶		★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	ひじき煮	ひじき 人参 干椎茸 油揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	梨	ミルクラスク牛乳	食パン コンデンスミルク
6	水		オレンジ牛乳		とり天	鶏肉 塩こしょう 生姜 にんにく 酒 みりん 醤油 卵 小麦粉 片栗粉 油	ほうれん草とちりめんのカボス和え	ほうれん草 人参 胡瓜 ちりめん かぼす 醤油 砂糖	ミントマト	バナナホットケーキ牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 豆乳 バナナ バター
7	木		リンゴ牛乳		きのこ入りクリームシチュー	鶏肉 玉葱 人参 しめじ えのき 生椎茸 エリンギ じゃが芋 グリンピース バター スキムミルク シチュールー	★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	オレンジ	ふりかけおにぎり麦茶	米 ちりめん ごま かつお節 青のり 砂糖 醤油 塩
8	金		バナナ牛乳		★骨太卵焼き	卵 鶏ミンチ チーズ 切干大根 玉葱 人参 ピーマン しめじ 油 塩こしょう スキムミルク	五目納豆	納豆 人参 えのき 刻み海苔 ちりめん たくあん 砂糖 醤油 ごま	ミントマト	おからの柔らかクッキー牛乳	ホットケーキミックス バター 砂糖 卵黄 おから
9	土		チーズ牛乳		肉みそスパゲティ	豚ミンチ 人参 玉葱 もやし グリンピース スパゲティ 砂糖 味噌 醤油 みりん 油	野菜のゆかり和え	キャベツ 胡瓜 人参 コーン缶 ゆかり 砂糖	梨	菓子牛乳	菓子
11	月		バナナ牛乳		秋刀魚の蒲焼き	秋刀魚 小麦粉 油 酒 砂糖 醤油 みりん 生姜 ごま	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	ミントマト	お麩スナック牛乳	麩 ごま油 塩 青のり
12	火		リンゴ牛乳		麻婆豆腐	豚ミンチ にんにく 生姜 豆腐 玉葱 人参 ピーマン 葱 ごま油 砂糖 醤油 味噌 鶏ガラスープの素 片栗粉	胡瓜とトマトの胡麻和え	胡瓜 トマト ちりめん 砂糖 醤油 ごま油 ごま	チーズ	マドレーヌ牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 バター 砂糖
13	水		オレンジ牛乳		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	フレンチサラダ	レタス キャベツ 胡瓜 人参 ハム 砂糖 酢 醤油 油	バナナ	ふかし芋牛乳	さつま芋 塩
14	木		ヨーグルト麦茶		牛丼	牛肉 玉葱 人参 糸こんにゃく えのき かまぼこ 卵 グリンピース 油 砂糖 醤油 酒 スキムミルク	ちくわの酢の物	ちくわ わかめ 胡瓜 レタス 人参 砂糖 酢 醤油	オレンジ	メープルマフィン牛乳	ホットケーキミックス 卵 スキムミルク バター 砂糖 牛乳 メープルシロップ
15	金		ちりめん牛乳		お月見カレー	鶏肉 うずら卵 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 油 カレールー スキムミルク	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	かぼすゼリー麦茶	かぼす果汁 粉寒天 砂糖 水
16	土		オレンジ牛乳		親子うどん	鶏肉 卵 人参 玉葱 干椎茸 かまぼこ 葱 うどん麺 昆布だし 醤油 みりん	南瓜煮	南瓜 砂糖 醤油 煮干だし	バナナ	菓子牛乳	菓子
19	火		チーズ牛乳		きのこ入りオムレツ	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 しめじ 干椎茸 えのき ピーマン スキムミルク 油 砂糖 醤油 ケチャップ	小松菜ともやしのソテー	小松菜 もやし 玉葱 人参 ベーコン 油 砂糖 醤油	梨	人参クッキー牛乳	人参 小麦粉 バター 砂糖 卵 スキムミルク
20	水		バナナ牛乳		八宝菜	豚肉 えび いか 玉葱 人参 キャベツ 白菜 筍 ピーマン 干し椎茸 ごま油 鶏ガラスープの素 醤油 片栗粉	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	田舎おにぎり麦茶	米 油揚げ 大根葉 油 みりん 醤油
21	木		ちりめん牛乳		肉じゃがごま風味	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 みりん 醤油 ごま 煮干だし	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	リンゴ	★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
22	金		ヨーグルト麦茶		☆ごぼうのつくね焼き	豚ミンチ ごぼう 玉葱 葱 卵 片栗粉 醤油 砂糖 ごま油 スキムミルク (たれ:醤油 砂糖 みりん 片栗粉)	★切干大根サラダ	切干大根 胡瓜 人参 キャベツ ハム マヨネーズ スキムミルク	キウイ	南瓜蒸しパン牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク 南瓜 卵 牛乳
25	月		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	青菜の土佐和え	小松菜 キャベツ 人参 削り節 醤油	バナナ	マカロニあべかわ牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩
26	火		リンゴ牛乳		ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ピーマン 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 スキムミルク	五色ナムル	青梗菜 キャベツ もやし 人参 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	チーズ	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
27	水		オレンジ牛乳		豚肉の生姜焼き	豚肉 玉葱 人参 もやし 筍 キャベツ ピーマン 油 生姜 砂糖 醤油 みりん 酒	ほうれん草の納豆和え	ほうれん草 人参 もやし 納豆 砂糖 醤油 ごま	ミントマト	★切り干し大根おにぎり麦茶	米 切り干し大根 ベーコン 砂糖 醤油 酒 ごま
28	木		梨牛乳		★大豆の五目煮	鶏肉 大豆 人参 れんこん ごぼう こんにゃく 干椎茸 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん	スパゲティサラダ	スパゲティ ハム 胡瓜 人参 コーン缶 塩こしょう マヨネーズ スキムミルク	バナナ	チーズじゃが牛乳	じゃが芋 塩 チーズ 小麦粉 卵 油
29	金		ヨーグルト麦茶		肉団子スープ	豚ミンチ 片栗粉 生姜 白菜 人参 玉葱 干し椎茸 豆腐 葱 醤油 みりん 鶏ガラスープの素	★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	オレンジ	かぼちゃサンド牛乳	食パン かぼちゃ 砂糖 バター スキムミルク
30	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 塩こしょう ソース かつお節 青のり	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	チーズ	菓子牛乳	菓子

☆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