

平成30年1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
4	木		バナナ 牛乳		麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 筍 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	キウイ	しそチーズおにぎり 麦茶	米 ゆかり チーズ
5	金		ヨーグルト 麦茶		肉じゃが	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 醤油 みりん 煮干だし	紅白なます	大根 人参 油揚げ 砂糖 醤油 酢 ごま	みかん	バナナマフィン 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 卵 砂糖 バター バナナ 粉砂糖
6	土		チーズ 牛乳		汁ビーフン	豚肉 玉葱 人参 白菜 干し椎茸 ビーフン ごま油 砂糖 醤油 コンソメ	ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 かつお節	バナナ	菓子 牛乳	菓子
9	火		みかん 牛乳		☆切干大根入り卵焼き	卵 鶏ミンチ 切干大根 玉葱 人参 干し椎茸 葱 スキムミルク 油 砂糖 醤油	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	リンゴ	☆ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
10	水		ヨーグルト 麦茶		すいとん	鶏肉 人参 白菜 大根 椎茸 ごぼう 油揚げ 葱 小麦粉 味噌 スキムミルク 煮干だし	ニラ納豆	納豆 ニラ 人参 もやし 砂糖 醤油 かつお節 ごま	みかん	大学かぼちゃ 牛乳	南瓜 油 砂糖 みりん 醤油 黒ごま
11	木		ちりめん 牛乳		高野豆腐の卵とじ	卵 鶏ミンチ 切干大根 玉葱 人参 干し椎茸 葱 スキムミルク 油 砂糖 醤油	ビーンズサラダ	ミックスビーンズ 枝豆 胡瓜 ハム コーン缶 人参 砂糖 醤油 酢 油	キウイ	☆お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
12	金		バナナ 牛乳		☆鯖のカレー風味揚げ	さば 塩こしょう カレー粉 小麦粉 片栗粉 油	小松菜の白和え	小松菜 人参 ひじき コーン缶 豆腐 砂糖 醤油 味噌 ごま	ミニトマト	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
13	土		みかん 牛乳		ミートスパゲティ	合挽肉 玉葱 人参 ピーマン トマトホール缶 グリンピース バター ケチャップ 粉チーズ スパゲティ麺	かきたま汁	卵 玉葱 人参 コーン缶 クリームコーン缶 葱 醤油 鶏ガラスープの素 片栗粉	チーズ	菓子 牛乳	菓子
15	月		リンゴ 牛乳		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	レバー煮	鶏レバー 生姜 ニラ 人参 糸こんにゃく ごま油 砂糖 醤油	みかん	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
16	火		バナナ 牛乳		中華丼	豚肉 えび いか 人参 キャベツ ピーマン しめじ かまぼこ 卵 グリンピース 油 醤油 鶏ガラスープの素 片栗粉	☆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	たまごサンド 牛乳	食パン 卵 パセリ マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう
17	水		チーズ 牛乳		すき焼き風煮	牛肉 焼き豆腐 人参 ごぼう 大根 白菜 えのき じゃが芋 糸こんにゃく 葱 油 砂糖 醤油	青菜の磯和え	小松菜 もやし 人参 刻み海苔 砂糖 醤油	リンゴ	☆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
18	木		みかん 牛乳		鰯の照り焼き	ぶり 生姜 酒 砂糖 醤油 みりん 油	☆切干大根煮	切干大根 人参 干し椎茸 油揚げ いんげん ごま油 砂糖 醤油	ミニトマト	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
19	金		ヨーグルト 麦茶		クリームシチュー	鶏肉 玉葱 人参 しめじ 南瓜 ほうれん草 バター クリームコーン缶 スキムミルク シチュールー	マカロニサラダ	マカロニ ハム 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう	みかん	アップルパイ 牛乳	りんご 砂糖 レモン汁 バター パイシート 卵
20	土		リンゴ 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 煮干だし	南瓜としらすのオープン焼き	南瓜 ちりめん 醤油 油	キウイ	菓子 牛乳	菓子
22	月		ちりめん 牛乳		チキンカレー	鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 ピーマン しめじ バター カレールー スキムミルク	カリカリベーコンサラダフルーチェ	ベーコン レタス 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 油 フルーチェ 牛乳	バナナ	やせうま 牛乳	やせうま麺 きな粉 砂糖 塩 スキムミルク
23	火		バナナ 牛乳		フーヨーハイ	卵 カニ缶 玉葱 人参 干し椎茸 いんげん スキムミルク ごま油 砂糖 醤油 片栗粉	☆五目納豆	納豆 人参 ほうれん草 たくあん ちりめん 砂糖 醤油 ごま	リンゴ	さつま芋のホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 豆乳 さつま芋 バター
24	水		みかん 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	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	ミニトマト	田舎おにぎり 麦茶	米 大根葉 油揚げ 油 みりん 醤油 ごま
25	木		バナナ 牛乳		豚汁	豚肉 玉葱 人参 白菜 ごぼう 生椎茸 里芋 油揚げ 豆腐 葱 味噌 煮干だし スキムミルク	ほうれん草のごま和え	ほうれん草 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま	キウイ	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
26	金		ヨーグルト 麦茶		☆大豆の五目煮	鶏肉 大豆 人参 れんこん ごぼう こんにゃく 干し椎茸 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん	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	スイートパンプキン 牛乳	南瓜 生クリーム 砂糖 スキムミルク
27	土		リンゴ 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	コンソメスープ	ベーコン 玉葱 人参 キャベツ じゃが芋 パセリ コンソメ 醤油	チーズ	菓子 牛乳	菓子
29	月		みかん 牛乳		鮭のみぞれ煮	さけ 塩こしょう 砂糖 醤油 みりん 大根 煮干だし	小松菜のソテー	ウインナー 小松菜 玉葱 人参 しめじ ごま油 砂糖 醤油	ミニトマト	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 砂糖 生クリーム レモン汁 バター
30	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	里芋サラダ	里芋 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク 醤油 ごま	キウイ	☆れんこんチップ 牛乳	れんこん 油 塩 青のり
31	水		バナナ 牛乳		豆腐団子の野菜あんかけ	豆腐 鶏ミンチ 塩こしょう スキムミルク 玉葱 人参 白菜 生椎茸 葱 醤油 みりん 鶏ガラスープの素 片栗粉	☆昆布煮	刻み昆布 油揚げ 人参 れんこん いんげん 油 砂糖 醤油 煮干だし	みかん	ごまラスク 牛乳	食パン バター 砂糖 練りゴマ

☆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