

平成30年3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	コーンシチュー	鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ ブロッコリー 油 コーン缶 クリームコーン缶 牛乳 スキムミルク シチュールー	★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	みかん	きなこ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク きなこ 小豆缶 牛乳
2	金		チーズ 牛乳	彩りご飯	米 鶏ミンチ 人参 絹さや 砂糖 醤油 みりん 生姜 油	鶏のから揚げ ミモザサラダ	鶏肉 塩こしょう 生姜 ニンニク 酒 醤油 片栗粉 小麦粉 油 じゃが芋 人参 ハム 胡瓜 卵 マヨネーズ 塩こしょう	いちご	さくらクッキー・ひなあられ カルピス	小麦粉 砂糖 バター 卵黄 食紅
3	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	ブロッコリーの胡麻和え	ブロッコリー 人参 コーン缶 砂糖 醤油 ごま	キウイ	菓子 牛乳	菓子
5	月		オレンジ 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	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	バナナ	黒ごまマフィン 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク バター 砂糖 卵 豆腐 黒ごま
6	火		リンゴ 牛乳	ちりめん入り卵焼き	卵 ちりめん ベーコン 玉葱 人参 ピーマン しめじ スキムミルク 油 ケチャップ	小松菜の納豆和え	納豆 小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 かつお節 ごま	オレンジ	ブラウニー 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク ココア 卵 砂糖 バター バナナ
7	水		バナナ 牛乳	鯖の味噌煮	さば 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒 スキムミルク 人参 煮干だし	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	ミニトマト	昆布おにぎり 麦茶	米 塩昆布 かつお節 ごま
8	木		オレンジ 牛乳	ニラ豚炒め	豚肉 ニラ 玉葱 人参 しめじ キャベツ もやし ごま油 醤油 砂糖 生姜	レパアの ケチャップ煮	鶏レバー 生姜 人参 玉葱 ピーマン 油 ケチャップ 砂糖 コンソメ	リンゴ	ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
9	金		ヨーグルト 麦茶	きのこ入り親子丼	鶏肉 卵 玉葱 人参 干し椎茸 しめじ えのき かまぼこ 葱 砂糖 醤油 みりん 煮干だし	大根サラダ	大根 切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク 醤油 かつお節	バナナ	ポップコーン 牛乳	乾燥とうもろこし バター 塩
10	土		オレンジ 牛乳	ナポリタンスパゲティ	ウインナー 玉葱 人参 しめじ ピーマン ホールトマト缶 バター スパゲティ ケチャップ ソース 塩こしょう	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
12	月		リンゴ 牛乳	スペイン風オムレツ	ベーコン 卵 玉葱 人参 じゃが芋 ピーマン 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	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	バナナ	芋ようかん 牛乳	さつま芋 粉寒天 砂糖
★お別れ遠足★										
14	水		バナナ 牛乳	鶏肉と大豆の煮物	鶏肉 大豆 人参 れんこん ごぼう 筍 こんにやく 厚揚げ いんげん 油 醤油 砂糖 みりん	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	いちご	やせうま 牛乳	やせうま麺 きなこ 砂糖 塩 スキムミルク
15	木		ちりめん 牛乳	鮭のムニエル	さけ 塩こしょう 小麦粉 バター	野菜のツナ和え	ほうれん草 人参 切干大根 ツナ缶 砂糖 醤油 かつお節	ミニトマト	おかかチーズおにぎり 麦茶	米 かつお節 チーズ 砂糖 醤油 ごま
16	金		ヨーグルト 麦茶	団子汁	鶏肉 玉葱 人参 里芋 大根 生しいたけ 葱 やせうま麺 味噌 スキムミルク 煮干だし	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 ごま油	オレンジ	★野菜スティック 牛乳	胡瓜 人参 さつま芋 マヨネーズ 味噌
17	土		バナナ 牛乳	ミネストローネ	ベーコン ウインナー 玉葱 人参 キャベツ しめじ ピーマン じゃが芋 ホールトマト缶 ケチャップ コンソメ	黒ごま南瓜	南瓜 黒ごま 砂糖 醤油 煮干だし	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
19	月		オレンジ 牛乳	千草焼き	鶏ミンチ 卵 玉葱 人参 ピーマン 干し椎茸 スキムミルク 油 砂糖 醤油	五目きんぴら	ごぼう れんこん 人参 糸こんにやく ピーマン ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	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
★お別れ昼食会★										
22	木		ヨーグルト 麦茶	鯖の照り焼き	ぶり 生姜 酒 砂糖 醤油 みりん 油	厚揚げの煮浸し	厚揚げ 白菜 人参 しめじ 油 砂糖 醤油	バナナ	ピザトースト 牛乳	食パン ベーコン 玉葱 ピーマン 油 ピザソース チーズ パセリ
23	金		リンゴ 牛乳	肉じゃが	牛肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 厚揚げ 糸こんにやく いんげん 油 醤油 砂糖 みりん	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 牛乳	さつま芋 砂糖 生クリーム スキムミルク 卵
24	土		チーズ 牛乳	ちゃんぽん	豚肉 玉葱 人参 もやし かまぼこ 葱 中華麺 醤油 みりん 煮干だし 鶏ガラスープの素	青のりポテト	じゃが芋 青のり 塩 粉チーズ	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
26	月		バナナ 牛乳	豚肉の柳川風煮	豚肉 卵 玉葱 人参 ごぼう 糸こんにやく かまぼこ グリーンピース 油 砂糖 醤油 煮干だし	めかぶ納豆	納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 ごま かつお節	オレンジ	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 塩 青のり
27	火		リンゴ 牛乳	骨太卵焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 小松菜 しめじ ひじき チーズ 油 塩こしょう スキムミルク	人参しりしり風	人参 ニラ ツナ缶 卵 スキムミルク ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	いちご	メープルサンド 牛乳	食パン メープルシロップ バター
28	水		チーズ 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	アスパラ和え	アスパラ 人参 もやし ちりめん 砂糖 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
29	木		オレンジ 牛乳	春キャベツの味噌汁	鶏肉 春キャベツ 玉葱 人参 油揚げ しめじ 葱 豆腐 味噌 スキムミルク 煮干だし	切干大根サラダ	切干大根 胡瓜 人参 ハム コーン缶 マヨネーズ スキムミルク	リンゴ	海おにぎり 麦茶	米 ちりめん わかめ かつお節 みりん 醤油 ごま
30	金		ヨーグルト 麦茶	岩石揚げ	鶏ミンチ 大豆 さつま芋 ひじき えび 人参 小麦粉 卵 スキムミルク 砂糖 醤油 油	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	ミニトマト	スキムカップケーキ 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖 バター スキムミルク 卵 牛乳
31	土		リンゴ 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