

平成30年4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	
2	月		オレンジ 牛乳	春野菜シチュー	鶏肉 玉葱 人参 キャベツ しめじ じゃが芋 グリンピース クリームコーン缶 バター シチュールー スキムミルク	ツナサラダ	ツナ缶 レタス 胡瓜 人参 わかめ コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	★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
3	火		リンゴ 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 砂糖 醤油 油	小松菜の納豆和え	小松菜 人参 もやし 納豆 砂糖 醤油 ごま	ミニトマト	スイートペテ 牛乳	さつま芋 砂糖 生クリーム スキムミルク 卵
4	水		ヨーグルト 麦茶	鶏肉の親子煮	鶏肉 卵 玉葱 人参 小松菜 かまぼこ 干し椎茸 葱 砂糖 醤油 みりん 油	★ほうれん草と 切干大根のナムル	ほうれん草 胡瓜 人参 切干大根 コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま油	オレンジ	キャロトケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク バター 卵 豆乳 砂糖 人参
5	木		バナナ 牛乳	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 スキムミルク バター 小麦粉 牛乳 コンソメ チーズ	★春キャベツと ウインナーのソテー	ウインナー キャベツ 人参 ピーマン コーン缶 油 醤油 塩こしょう	いちご	五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 油 ごま
6	金		オレンジ 牛乳	鯖の味噌煮	さば 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒 人参 煮干し	ちりめんの甘酢和え	ちりめん 人参 胡瓜 もやし キャベツ 砂糖 醤油 酢 ごま	リンゴ	★いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
7	土		チーズ 牛乳	五目うどん	鶏肉 人参 玉葱 わかめ 卵 干し椎茸 葱 うどん麺 醤油 酒 煮干し	かぼちゃのそぼろ煮	南瓜 人参 鶏ミンチ 砂糖 醤油 油	バナナ	菓子 牛乳	菓子
9	月		ちりめん 牛乳	麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 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	やさしいキッシュ 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
10	火		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	★ひじきと大豆の煮物	ひじき 大豆 人参 干し椎茸 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油	リンゴ	田舎おにぎり 麦茶	米 小松菜 油揚げ 油 みりん 醤油 ごま
11	水		ヨーグルト 麦茶	すき焼き風煮	牛肉 焼き豆腐 人参 大根 白菜 えのき じゃが芋 さこんにかく 春菊 油 砂糖 醤油	フレンチサラダ	レタス 胡瓜 人参 ハム コーン缶 砂糖 醤油 酢 油	バナナ	かぼちゃクッキー 牛乳	南瓜 小麦粉 スキムミルク バター 砂糖 卵
12	木		オレンジ 牛乳	★鮭のフライ オーロラソースかけ	さけ 小麦粉 卵 パン粉 マヨネーズ ケチャップ スキムミルク	春野菜の豚汁	豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ごぼう 油揚げ 葱 味噌 スキムミルク 煮干し	ミニトマト	きなこサンド 牛乳	食パン きな粉 砂糖 バター スキムミルク
13	金		チーズ 牛乳	ミートボールカレー	鶏ミンチ 豚ミンチ 塩こしょう 卵 パン粉 玉葱 人参 コーン缶 じゃが芋 グリンピース カレールー スキムミルク	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	いちご	ディズニークッキー 牛乳	小麦粉 砂糖 バター 卵黄
14	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 煮干し	さつま芋の甘煮	さつま芋 砂糖	オレンジ	菓子 牛乳	菓子
16	月		バナナ 牛乳	鯖の照り焼き	ぶり 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん 油	五目納豆	納豆 人参 小松菜 たくあん ちりめん 砂糖 醤油	ミニトマト	★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
17	火		キウイ 牛乳	新ごぼうのつくね煮	鶏ミンチ ごぼう 人参 玉葱 長葱 生姜 卵 片栗粉 醤油 砂糖 みりん	アスパラサラダ	アスパラ レタス 胡瓜 人参 ベーコン 砂糖 醤油 酢	リンゴ	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩
18	水		オレンジ 牛乳	春野菜のチンジャオロース	牛肉 筍 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン ごま油 酒 砂糖 醤油 片栗粉	豆腐の味噌汁	玉葱 人参 青梗菜 豆腐 油揚げ 味噌 スキムミルク 煮干し	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
19	木		ヨーグルト 麦茶	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 煮干し	新じゃが芋のソテー	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	キウイ	★ちくわの磯辺揚げ 牛乳	ちくわ 小麦粉 青のり 卵 スキムミルク 油
20	金		リンゴ 牛乳	鶏団子スープ	鶏ミンチ 塩こしょう 卵 生姜 片栗粉 玉葱 人参 キャベツ しめじ 豆腐 葱 醤油 みりん 鶏ガラスープの素	★新ごぼうのサラダ	ごぼう 胡瓜 人参 ハム コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 醤油 ごま	オレンジ	鮭とわかめのおにぎり 麦茶	米 鮭フレーク わかめ ごま
21	土		バナナ 牛乳	ミートスパゲティ	豚ミンチ 玉葱 人参 ピーマン ホールトマト缶 スパゲティ麺 油 コンソメ ケチャップ 塩こしょう パセリ 粉チーズ	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 煮干し	チーズ	菓子 牛乳	菓子
23	月		ちりめん 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 人参 糸こんにゃく ニラ ごま油 砂糖 醤油	リンゴ	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
24	火		チーズ 牛乳	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 煮干し	カリカリベーコン サラダ	ベーコン レタス 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 油	バナナ	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク 南瓜 卵 牛乳
25	水		オレンジ 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 醤油 酢 ごま油	キウイ	筍おにぎり 麦茶	米 筍 ベーコン いんげん バター 砂糖 醤油
26	木		バナナ 牛乳	鮭の西京焼き	さけ 砂糖 味噌 みりん マヨネーズ スキムミルク ごま 油	★根菜のきんぴら	ごぼう れんこん 人参 ピーマン 糸こんにゃく ごま油 砂糖 醤油 酒 ごま	ミニトマト	お麩スナック 牛乳	麩 塩 青のり ごま油
27	金		ヨーグルト 麦茶	こいのぼりハンバーグ	豚ミンチ 鶏ミンチ 豆腐 玉葱 パン粉 卵 コンソメ ケチャップ ソース 人参 砂糖 醤油 チーズ 海苔	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 塩こしょう	いちご	兜パイ 牛乳	春巻きの皮 小麦粉 油 リンゴ 砂糖 卵 レモン汁
28	土		キウイ 牛乳	ポトフ	ベーコン ウインナー 玉葱 人参 キャベツ しめじ じゃが芋 グリンピース 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	オレンジ	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