

平成30年5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	火		ヨーグルト 麦茶	★ちりめんの卵焼き	ちりめん ベーコン 卵 玉葱 人参 しめじ 小松菜 スキムミルク 油 砂糖 醤油	温野菜の オーロラソース	ブロッコリー 人参 じゃが芋 ハム コーン缶 マヨネーズ ケチャップ スキムミルク	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
2	水		リンゴ 牛乳	豆腐ハンバーグ	鶏ミンチ 豚ミンチ 塩こしょう 玉葱 人参 豆腐 干し椎茸 卵 パン粉 スキムミルク 油 ケチャップ ソース	レバーサラダ	鶏レバー 生姜 レタス 胡瓜 砂糖 醤油	オレンジ	★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
7	月		バナナ 牛乳	酢鶏	鶏肉 玉葱 人参 ビーマン 筍 干し椎茸 油 砂糖 酢 醤油 ケチャップ 酒 片栗粉	春雨スープ	春雨 豆腐 玉葱 人参 葱 ごま 醤油 鶏ガラスープの素 煮干し	キウイ	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 さつま芋
8	火		オレンジ 牛乳	鮭のキャベツソース かけ	さけ 塩こしょう 油 玉葱 しめじ キャベツ バター コンソメ スキムミルク	★切干大根の ツナ和え	切干大根 胡瓜 人参 ツナ缶 コーン缶 砂糖 醤油	リンゴ	みそまんじゅう 牛乳	小麦粉 スキムミルク 重曹 味噌 牛乳 砂糖 卵
9	水		ちりめん 牛乳	鶏肉のマーメレード焼き	鶏肉 マーメレード 醤油 みりん 油	新じゃが芋の そぼろ煮	鶏ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 みりん	ミントマ	きなこボーロ 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
10	木		リンゴ 牛乳	ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ビーマン 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	★ごぼうサラダ	ごぼう 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	バナナ	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
11	金		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	青菜とちりめんの ソテー	小松菜 ちりめん 人参 油揚げ 砂糖 醤油 油	キウイ	★いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
12	土		オレンジ 牛乳	春野菜のナポリタン	ウインナー 玉葱 人参 キャベツ アスパラ 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	かき玉汁	卵 玉葱 人参 小松菜 しめじ 醤油 鶏ガラスープの素 煮干し	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
14	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 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	オレンジ	メープルマフィン 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク バター 砂糖 卵 牛乳 メープルシロップ
15	火		リンゴ 牛乳	★筑前煮	鶏肉 人参 ごぼう れんこん 生椎茸 里芋 こんにやく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	小松菜の納豆あえ	納豆 小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 かつお節 ごま	バナナ	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 塩 青のり
16	水		ヨーグルト 麦茶	ビーンズカレー	鶏肉 大豆 玉葱 人参 しめじ アスパラ じゃが芋 油 カレールー スキムミルク	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	リンゴ	マープルケーキ 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 卵 砂糖 バター ココア
17	木		バナナ 牛乳	鶏の南蛮漬け	鶏肉 小麦粉 片栗粉 玉葱 人参 胡瓜 砂糖 醤油 酢 油	アスパラとトマトの 和え物	アスパラ トマト レタス コーン缶 砂糖 醤油 ごま	ミントマ	★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
18	金		オレンジ 牛乳	鱈のムニエル トマトソース	鱈 小麦粉 バター トマト 玉葱 ケチャップ コンソメ	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	お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
19	土		リンゴ 牛乳	親子うどん	鶏肉 卵 玉葱 人参 干し椎茸 油揚げ かまぼこ 葱 うどん麵 砂糖 醤油 煮干し	黒ごま南瓜	南瓜 黒ごま 砂糖 醤油 煮干し	チーズ	菓子 牛乳	菓子
21	月		バナナ 牛乳	けんちん汁	鶏肉 豆腐 人参 ごぼう 大根 里芋 こんにやく 油揚げ 葱 醤油 みりん 煮干し	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	キウイ	スイートパンプキン 牛乳	南瓜 砂糖 生クリーム スキムミルク
22	火		オレンジ 牛乳	厚揚げチャンプルー	豚肉 厚揚げ 玉葱 人参 小松菜 しめじ 卵 砂糖 醤油 ごま油 にんにく	キャベツの胡麻和え	キャベツ 人参 胡瓜 砂糖 醤油 ごま	ミントマ	ココアクッキー 牛乳	ココア 小麦粉 バター 砂糖 卵 スキムミルク
23	水		ちりめん 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	五目きんぴら	ごぼう れんこん 人参 糸こんにやく ビーマン ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	オレンジ	ツナサンド 牛乳	食パン ツナ缶 クリームチーズ
24	木		ヨーグルト 麦茶	春野菜のポトフ	ベーコン ウインナー 玉葱 キャベツ じゃが芋 人参 アスパラ コンソメ	じゃが芋のソテー	じゃが芋 ベーコン 人参 グリンピース コンソメ 塩こしょう 油	バナナ	★野菜スティック 牛乳	胡瓜 人参 マヨネーズ 味噌
25	金		オレンジ 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 グリンピース 油 砂糖 醤油 煮干し	中華サラダ	焼豚 チシャ 人参 胡瓜 もやし 砂糖 酢 醤油 ごま油	リンゴ	ひじきおにぎり 麦茶	米 ひじき 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 酒 油
26	土		チーズ 牛乳	五目ビーフン	豚肉 玉葱 人参 キャベツ ビーマン 干し椎茸 ビーフン ごま油 ソース 醤油 塩こしょう	青のりポテト	じゃが芋 青のり 塩 粉チーズ	キウイ	菓子 牛乳	菓子
28	月		リンゴ 牛乳	ジャーマンオムレツ	牛ミンチ 卵 じゃが芋 玉葱 人参 ビーマン 油 スキムミルク 砂糖 塩こしょう ケチャップ	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	ミントマ	やせうま 牛乳	やせうま麵 きな粉 砂糖 塩 スキムミルク
29	火		オレンジ 牛乳	ポークシチュー	豚肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 グリンピース バター ハヤシルー スキムミルク	★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	黒ゴママフィン 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 黒ゴマ
30	水		バナナ 牛乳	豆腐のボール揚げ	鶏ミンチ 豆腐 玉葱 人参 葱 えび 干し椎茸 卵 生姜 油 片栗粉 パン粉 醤油	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	キウイ	南瓜クッキー 牛乳	南瓜 小麦粉 スキムミルク バター 砂糖 卵
31	木		リンゴ 牛乳	ふわふわ丼	卵 豆腐 鶏ミンチ 玉葱 人参 ごぼう しめじ 麩 葱 スキムミルク 油 砂糖 醤油 煮干し	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 ごま油 ごま	オレンジ	ポパイ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク ほうれん草 チーズ 牛乳

☆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