

平成30年6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	金		ヨーグルト 麦茶		豆腐の松風焼き	鶏ミンチ 豆腐 人参 玉葱 葱 パン粉 卵 ごま 味噌 砂糖	☆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	バナナ	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
2	土		オレンジ 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	南瓜のそぼろ煮	牛ミンチ 南瓜 砂糖 醤油	チーズ	菓子 牛乳	菓子
4	月		バナナ 牛乳		☆アジフライ たくあんタルタルソース	鰹 塩こしょう 小麦粉 パン粉 卵 マヨネーズ たくあん 胡瓜 スキムミルク 油	☆昆布煮	刻み昆布 人参 れんこん いんげん 油 砂糖 醤油 煮干しだし	ミニトマト	☆ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
5	火		キウイ 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	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	ジャムチーズ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク いちごジャム クリームチーズ 牛乳
6	水		リンゴ 牛乳		クリームシチュー	鶏肉 人参 玉葱 じゃが芋 しめじ ブロッコリー バター シチュールー スキムミルク 牛乳	☆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	田舎おにぎり 麦茶	米 小松菜 油揚げ 油 砂糖 醤油 みりん ごま
7	木		ヨーグルト 麦茶		肉じゃが風オムレツ	牛ミンチ 卵 人参 玉葱 ピーマン じゃが芋 油 砂糖 醤油 スキムミルク	めかぶ納豆	納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 ごま かつお節	バナナ	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
8	金		ちりめん 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	ビーンズサラダ	大豆 胡瓜 人参 レタス 砂糖 醤油 酢 油	リンゴ	かぼちゃのホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 南瓜 卵 豆乳 バター
9	土		チーズ 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 スパゲティ麺 ケチャップ ソース 塩こしょう	ブロッコリーのごま和え	ブロッコリー 人参 コーン缶 砂糖 醤油 ごま	オレンジ	菓子 牛乳	菓子
11	月		バナナ 牛乳		スパニッシュオムレ ツ	卵 ベーコン じゃが芋 玉葱 人参 ピーマン バター スキムミルク 塩こしょう ケチャップ	ウインナーと 小松菜のソテー	ウインナー 小松菜 人参 玉葱 油 コンソメ	キウイ	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
12	火		オレンジ 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	ひじきとキャベツの おかか和え	キャベツ 人参 胡瓜 ひじき ちりめん かつお節 砂糖 醤油	リンゴ	ふかし芋 牛乳	さつま芋 塩
13	水		キウイ 牛乳		小松菜入り 肉団子スープ	豚ミンチ 小松菜 卵 パン粉 生姜 塩こしょう 玉葱 人参 葱 キャベツ 椎茸 春雨 鶏ガラスープの素 醤油 ごま油	☆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	バナナ	☆コーンフレークケーキ 牛乳	コーンフレーク マシュマロ バター
14	木		リンゴ 牛乳		鯖のカレー風味揚げ	さば 小麦粉 片栗粉 カレー粉 油 塩こしょう	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	ミニトマト	鮭とわかめのおにぎり 麦茶	米 鮭フレーク わかめ ごま
15	金		ヨーグルト 麦茶		炒り豆腐	豆腐 鶏肉 えび 卵 玉葱 人参 青梗菜 干し椎茸 かまぼこ 油 スキムミルク 砂糖 醤油	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	オレンジ	紫陽花ロール 牛乳	食パン ブルーベリージャム いちごジャム
16	土		オレンジ 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 みりん 煮干し	オクラと トマトのじゃこ和え	トマト オクラ レタス ちりめん 砂糖 醤油	チーズ	菓子 牛乳	菓子
18	月		バナナ 牛乳		カラフル麻婆豆腐	豚ミンチ ニンニク 生姜 豆腐 人参 玉葱 茄子 ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 葱 片栗粉 ごま油 味噌 砂糖 醤油	春雨の酢の物	春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま	キウイ	やせうま 牛乳	やせうま麺 きな粉 砂糖 塩 スキムミルク
19	火		キウイ 牛乳		茄子の肉味噌炒め	豚ミンチ なす 玉葱 人参 ピーマン 厚揚げ ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉	ひじき煮	ひじき 人参 干し椎茸 油揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	リンゴ	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
20	水		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 バター カレールー スキムミルク	フレンチサラダ	レタス キャベツ 胡瓜 人参 ハム コーン缶 砂糖 酢 醤油 油	オレンジ	かえるクッキー 牛乳	小麦粉 バター 砂糖 卵黄 抹茶 ココア
21	木		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 煮干し	切干大根のツナ和え	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ツナ缶 砂糖 醤油	バナナ	五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 油 ごま
22	金		ヨーグルト 麦茶		鮭のクリームソースがけ	さけ 玉葱 人参 しめじ ほうれん草 スキムミルク 牛乳 小麦粉 バター コンソメ	☆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	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
23	土		チーズ 牛乳		焼きそば	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし かまぼこ ピーマン 中華麺 ごま油 塩こしょう ソース 青のり かつお節	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 煮干し	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
25	月		キウイ 牛乳		チーズ入り スクランブルエッグ	卵 ベーコン チーズ 玉葱 人参 ピーマン キャベツ 油 スキムミルク コンソメ 塩こしょう	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	オレンジ	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
26	火		リンゴ 牛乳		牛肉の柳川風煮	牛肉 卵 玉葱 人参 ごぼう 糸こんにゃく かまぼこ グリーンピース 油 砂糖 醤油 煮干し	ブロッコリーの 梅おかか和え	ブロッコリー 人参 もやし ちくわ 砂糖 醤油 ねり梅 かつお節	バナナ	☆パン粉クッキー 牛乳	小麦粉 パン粉 ベーキングパウダー スキムミルク バター 砂糖 卵
27	水		ヨーグルト 麦茶		☆ウインナーと お芋のかき揚げ	ウインナー じゃが芋 ピーマン 玉葱 人参 油 小麦粉 卵 塩	☆ごま入り コールスローサラダ	キャベツ 人参 胡瓜 切干大根 ハム マヨネーズ スキムミルク ごま	キウイ	きなこバナナケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク バター バナナ きな粉
28	木		バナナ 牛乳		西京煮	鶏肉 じゃが芋 人参 ごぼう 生椎茸 こんにゃく 青梗菜 油揚げ 砂糖 醤油 味噌 スキムミルク 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	リンゴ	☆野菜スティック 牛乳	胡瓜 人参 マヨネーズ 味噌
29	金		チーズ 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	オクラ納豆	オクラ 納豆 人参 えのき 砂糖 醤油 かつお節	オレンジ	フルーチェ 麦茶	フルーチェ 牛乳
30	土		オレンジ 牛乳		小松菜とじゃこのパスタ	ちりめん ベーコン ほうれん草 しめじ 赤パプリカ 黄パプリカ スパゲティ オリーブ油 ニンニク 醤油 塩こしょう	さつま芋の甘煮	さつま芋 砂糖	バナナ	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