

平成30年7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			豆乳のお味噌汁	豚肉 豆乳 人参 玉葱 油揚げ キャベツ こんにゃく 葱 味噌 スキムミルク 煮干し	小松菜の納豆和え	納豆 小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 ごま	リンゴ	メープルサンド牛乳 食パン バター メープルシロップ
3	火			鯡の和風ムニエル	あじ 醤油 みりん バター	焼肉サラダ	牛肉 焼肉のタレ チシャ オクラ 胡瓜 コーン缶	ミントマ	カレーピラフ 米 玉葱 人参 ウインナー カレー粉 バター 塩こしょう グリンピース
4	水			トマト入り麻婆豆腐	豚ミンチ 玉葱 人参 トマト 筍 干し椎茸 豆腐 生姜 ニンニク 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 人参 キャベツ 砂糖 酢 醤油 ごま	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
5	木			骨太卵焼き	卵 鶏ミンチ チーズ 切干大根 玉葱 人参 ビーマン しめじ 油 塩こしょう スキムミルク	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	キウイ	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
6	金			お星さまカレー	鶏ミンチ 玉葱 人参 ビーマン じゃが芋 南瓜 コーン缶 バター カレールー スキムミルク	春雨サラダ	春雨 胡瓜 人参 ハム 卵 マヨネーズ 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	セタゼリーカルピス スイカ メロン バイン缶 寒天ゼリーの素 ヨーグルト 牛乳 レモン汁 砂糖 ゼラチン
7	土			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	トマトスープ	トマト 玉葱 コーン缶 コンソメ 醤油	オレンジ	菓子牛乳 菓子
9	月			千草焼き	鶏ミンチ 卵 玉葱 人参 ビーマン 干し椎茸 スキムミルク 油 砂糖 醤油	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	ミントマ	南瓜蒸しパン牛乳 蒸しパンミックス スキムミルク 南瓜 卵 牛乳
10	火			☆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	☆胡瓜とわかめの酢の物	胡瓜 わかめ キャベツ 人参 ちくわ 砂糖 酢 醤油 ごま	キウイ	☆きなこラスク牛乳 食パン バター スキムミルク きな粉 砂糖
11	水			豚肉と厚揚げの炒め物	豚肉 厚揚げ 玉葱 人参 生椎茸 筍 葱 ごま油 砂糖 醤油	南瓜サラダ	南瓜 じゃが芋 ブロッコリー 人参 ハム マヨネーズ スキムミルク	オレンジ	石垣もち牛乳 さつま芋 小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 砂糖
12	木			鯖の南蛮漬け	さば 塩こしょう 片栗粉 小麦粉 油 玉葱 人参 ビーマン 砂糖 醤油 酢	冬瓜のスープ	豚ミンチ 冬瓜 しめじ 人参 葱 醤油 だし昆布 かつお節	バナナ	いなりずし 米 酢 砂糖 ごま 油揚げ 砂糖 醤油 みりん
13	金			肉じゃが	牛ミンチ 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	小松菜としらすの和え物	小松菜 人参 胡瓜 しらす 砂糖 醤油 酢	キウイ	☆野菜スティック牛乳 胡瓜 人参 マヨネーズ 味噌
14	土			親子うどん	鶏肉 卵 玉葱 人参 干し椎茸 油揚げ かまぼこ 葱 うどん麺 砂糖 醤油 煮干し	野菜のゆかり和え	胡瓜 人参 コーン缶 キャベツ ゆかり 砂糖 醤油 ごま	オレンジ	菓子牛乳 菓子
17	火			☆ささみのしそチーズフライ	ささみ 塩こしょう 小麦粉 しそ チーズ パン粉 油	ベーコンと青梗菜のソテー	ベーコン 青梗菜 人参 エリンギ コーン缶 油 コンソメ 塩こしょう	ミントマ	リンゴゼリー リンゴジュース 粉寒天 砂糖
18	水			けんちん煮	鶏肉 豆腐 里芋 大根 人参 ごぼう 葱 砂糖 醤油 みりん 油	☆ピーマンのツナ和え	ピーマン 黄パプリカ 人参 ツナ缶 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	☆ふかしとうもろこし牛乳 とうもろこし
19	木			魚のお好み焼き	いわしミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 葱 卵 小麦粉 スキムミルク 油 マヨネーズ ソース	フレンチサラダ	キャベツ 人参 胡瓜 コーン缶 ハム 砂糖 酢 醤油 油	オレンジ	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
20	金			☆ごぼう入りハヤシライス	豚肉 玉葱 人参 しめじ ごぼう ビーマン じゃが芋 バター ハヤシルー スキムミルク	夏野菜の梅肉和え	オクラ トマト ちりめん 胡瓜 人参 練り梅 砂糖 醤油	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
21	土			茄子入りミートスパゲティ	合挽肉 なす 玉葱 人参 ビーマン トマトホール缶 バター スパゲティ ケチャップ 砂糖 醤油	コーンスープ	ベーコン 玉葱 人参 じゃが芋 クリームコーン缶 牛乳 コンソメ 醤油 パセリ	チーズ	菓子牛乳 菓子
23	月			高野豆腐の卵とじ	鶏肉 卵 高野豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 ニラ スキムミルク 油 砂糖 醤油 煮干し	オクラ納豆	オクラ 納豆 人参 ちりめん 砂糖 醤油 ごま	キウイ	マカロニあべかわ牛乳 マカロニ きな粉 砂糖 塩
24	火			☆鮭のちゃんちゃん焼き	鮭 塩こしょう しめじ 生椎茸 えのき キャベツ 人参 砂糖 味噌	じゃが芋といんげんのソテー	じゃが芋 人参 いんげん コーン缶 油 コンソメ 塩こしょう	バナナ	肉味噌おにぎり 米 豚ミンチ 味噌 みりん 油 青のり ごま
25	水			牛丼	牛肉 玉葱 人参 糸こんにゃく えのき かまぼこ 卵 グリンピース 油 砂糖 醤油 酒 スキムミルク	☆ちくわと胡瓜のごま酢	ちくわ わかめ 胡瓜 人参 レタス 砂糖 酢 醤油 ごま	オレンジ	おふスナック牛乳 麩 ごま油 塩 青のり
26	木			豆腐チャンプルー	豚肉 豆腐 玉葱 人参 エリンギ もやし 卵 葱 ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	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	チーズ	ごまクッキー牛乳 ホットケーキミックス グラニュー糖 牛乳 バター 黒ごま 白ごま 油
27	金			チーズオムレツ	卵 牛ミンチ チーズ ほうれん草 玉葱 人参 しめじ スキムミルク バター 塩こしょう ケチャップ	☆パンパシジー風サラダ	切干大根 胡瓜 トマト ツナ缶 マヨネーズ 砂糖 酢 醤油 ごま油 ごま	ミントマ	☆れんこんチップ牛乳 れんこん 油 塩 青のり
28	土			焼きそば	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし ビーマン ちくわ 中華麺 ごま油 ソース かつお節 青のり	南瓜煮	南瓜 玉葱 人参 いんげん 砂糖 醤油 煮干し	オレンジ	菓子牛乳 菓子
30	月			☆豆腐の真砂揚げ	豆腐 鶏ミンチ えび 玉葱 人参 生椎茸 ちりめん スキムミルク 卵 塩こしょう 片栗粉 油	かきたま汁	卵 玉葱 人参 小松菜 しめじ 醤油 鶏ガラスープの素 煮干し	キウイ	☆いりこ大豆牛乳 大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
31	火			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 スキムミルク	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	オレンジ	お好みごはん 米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油

☆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