

令和元年 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	
1	月		バナナ 牛乳		鶏のくわ焼き	鶏肉 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉 油	☆ちりめんの 甘酢和え	ちりめん 胡瓜 キャベツ 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	ミニトマト	メープルサンド 牛乳	食パン バター メープルシロップ
2	火		キウイ 牛乳		チンジャオロース	牛肉 玉葱 人参 筍 えのき ピーマン じゃが芋 ごま油 酒 砂糖 醤油 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	オレンジ	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
3	水		ヨーグルト 麦茶		ボークビーンズ	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	ささみの和え物	ささみ 胡瓜 人参 しそ 砂糖 醤油	バナナ	☆さつま芋チップ 牛乳	さつま芋 油 塩 青のり
4	木		チーズ 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	ビーフサラダ	牛肉 チシャ オクラ 胡瓜 コーン缶 人参 焼肉のたれ	キウイ	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
5	金		ちりめん 牛乳		キーマカレー	牛ミンチ 豚ミンチ 玉葱 人参 ピーマン しめじ じゃが芋 カレールー ホールトマト缶 コンソメ	七夕にゆうめん	そうめん 胡瓜 人参 卵 ハム 醤油 かつお節 昆布	オレンジ	お星さまパイ カルピス	パイシート 卵 バター ココア 砂糖
6	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	南瓜煮	南瓜 砂糖 醤油 煮干だし	チーズ	菓子 牛乳	菓子
8	月		キウイ 牛乳		豆腐ハンバーグ	合挽肉 塩こしょう 豆腐 玉葱 人参 卵 パン粉 ケチャップ ソース	ブロッコリーマヨサラダ	ブロッコリー 人参 胡瓜 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク	ミニトマト	ジャム蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク イチゴジャム 牛乳
9	火		バナナ 牛乳		豚肉の柳川風煮	豚肉 卵 玉葱 人参 ごぼう 糸こんにゃく かまぼこ 葱 油 砂糖 醤油 煮干だし	野菜の納豆和え	納豆 胡瓜 人参 もやし 焼き豚 砂糖 醤油	キウイ	肉味噌おにぎり 麦茶	米 豚ミンチ 味噌 みりん 油 青のり ごま
10	水		ヨーグルト 麦茶		鶏肉と大豆の煮物	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	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	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
11	木		キウイ 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	☆切干大根ナムル	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま油	バナナ	パインケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク パイン缶 卵
12	金		オレンジ 牛乳		鶏肉の南蛮漬け	鶏肉 塩こしょう 片栗粉 油 醤油 酢 砂糖 胡瓜 玉葱 人参	トマトとオクラの じゃこ和え	トマト オクラ レタス ちりめん 砂糖 醤油	キウイ	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 塩
13	土		バナナ 牛乳		焼きうどん	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし ピーマン かまぼこ うどん麺 ごま油 ソース 塩こしょう 青のり かつお節	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 煮干だし	オレンジ	菓子 牛乳	菓子
16	火		キウイ 牛乳		厚揚げチャンプルー	豚肉 厚揚げ 玉葱 人参 しめじ もやし 卵 葱 ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	☆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	バナナ	リンゴゼリー 麦茶	リンゴジュース 粉寒天 砂糖
17	水		ヨーグルト 麦茶		鯡の梅マヨ焼き	あじ 塩こしょう ごま ねり梅 マヨネーズ スキムミルク	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	ミニトマト	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
18	木		ちりめん 牛乳		☆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	小松菜の磯和え	小松菜 人参 ちりめん もやし 刻み海苔 砂糖 醤油	キウイ	キャロットチーズ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク 人参 チーズ 牛乳
19	金		バナナ 牛乳		豚丼	豚肉 玉葱 人参 糸こんにゃく 卵 葱 かまぼこ 砂糖 醤油 油	キャベツの おかか和え	キャベツ 人参 胡瓜 ちりめん かつお節 砂糖 醤油	オレンジ	かぼちゃサンド 牛乳	食パン 南瓜 砂糖 バター スキムミルク
20	土		キウイ 牛乳		茄子入り ミートスパゲティ	合挽肉 なす 玉葱 人参 ピーマン トマトホール缶 バター スパゲティ ケチャップ 砂糖 醤油	コンソメスープ	ウインナー 玉葱 人参 えのき じゃが芋 コンソメ 醤油 煮干だし	バナナ	菓子 牛乳	菓子
22	月		オレンジ 牛乳		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	☆カラフル炒め	ベーコン ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ キャベツ コンソメ 油	キウイ	☆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
23	火		チーズ 牛乳		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 煮干だし	夏野菜の梅肉和え	ハム オクラ トマト キャベツ 人参 砂糖 醤油 練り梅	オレンジ	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 塩 青のり
24	水		ヨーグルト 麦茶		魚の和風ムニエル	さけ 醤油 みりん バター	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	ミニトマト	☆ふかしとうもろこし 牛乳	とうもろこし
25	木		バナナ 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	小松菜と ベーコンのソテー	ベーコン 小松菜 人参 玉葱 油 コンソメ	キウイ	カレーピラフ 麦茶	米 玉葱 人参 ツナ缶 カレー粉 バター 塩こしょう パセリ
26	金		キウイ 牛乳		牛肉と南瓜の煮物	牛肉 南瓜 玉葱 人参 糸こんにゃく 厚揚げ 干し椎茸 いんげん 砂糖 醤油 酒 煮干だし	中華和え	焼き豚 チシャ 人参 胡瓜 もやし 砂糖 酢 醤油 ごま油	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
27	土		バナナ 牛乳		豆乳カレーうどん	豚肉 玉葱 人参 しめじ 油揚げ うどん麺 葱 豆乳 カレールー 醤油 煮干だし	☆胡瓜のレモン和え	胡瓜 トマト レタス ささみ レモン汁 砂糖 醤油	チーズ	菓子 牛乳	菓子
29	月		オレンジ 牛乳		豚肉の生姜焼き	豚肉 玉葱 人参 ピーマン もやし キャベツ 油 生姜 砂糖 醤油 みりん 酒	マカロニサラダ	マカロニ ハム 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう	バナナ	サーターアングギー 牛乳	ホットケーキミックス 小麦粉 スキムミルク 卵 砂糖 油
30	火		ちりめん 牛乳		魚のお好み焼き	鯛ミンチ エソミンチ 生姜 卵 玉葱 人参 葱 小麦粉 スキムミルク マヨネーズ ソース 青のり かつお節	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	☆五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 油 ごま
31	水		ヨーグルト 麦茶		☆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	ビーンズサラダ	大豆 胡瓜 人参 レタス 砂糖 醤油 酢 油	ミニトマト	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

☆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