

令和2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	
1	水		バナナ 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 煮干だし	三色ナムル	小松菜 もやし 人参 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま	オレンジ	ジャムチーズサンド 牛乳	食パン いちごジャム クリームチーズ
2	木		リンゴ 牛乳	鮭のチーズ焼き	さけ 塩こしょう 粉チーズ パセリ	☆五目きんぴら	ごぼう れんこん 人参 糸こんにゃく ビーマン ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	ミントマト	チキンライス 麦茶	米 鶏ミンチ 玉葱 グリンピース ケチャップ 塩こしょう コンソメ 油
3	金		ヨーグルト 麦茶	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 煮干だし	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	いちご	キャロットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 豆乳 人参 バター 砂糖
4	土		オレンジ 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 薄口醤油 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 砂糖 醤油 かつお節	チーズ	菓子 牛乳	菓子
6	月		リンゴ 牛乳	カルシウムたっぷり 卵焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 チーズ ひじき ちりめん スキムミルク 塩こしょう 油 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	ミントマト	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 塩 青のり
7	火		ちりめん 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	☆切干大根の ナムル	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 酢 醤油 ごま油 ごま	バナナ	☆ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
8	水		オレンジ 牛乳	ポテトグラタン	鶏肉 じゃが芋 玉葱 人参 しめじ グリンピース バター 小麦粉 牛乳 スキムミルク 塩こしょう コンソメ 粉チーズ	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 コーン缶 ビーマン 油 醤油 塩こしょう	リンゴ	きなこ豆 牛乳	大豆 砂糖 きな粉
9	木		ヨーグルト 麦茶	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	パプリカの和え物	ほうれん草 赤パプリカ 黄パプリカ 塩昆布 ちりめん 砂糖 醤油	いちご	メーブルマフィン 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 メーブルシロップ
10	金		バナナ 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	ひじきサラダ	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク	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
11	土		チーズ 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 煮干だし	青のりポテト	じゃが芋 青のり 塩 粉チーズ	バナナ	菓子 牛乳	菓子
13	月		オレンジ 牛乳	☆鶏肉の クリスピー焼き	鶏肉 塩こしょう ニンニク 生姜 醤油 卵 小麦粉 パン粉 玄米フレーク 油	新じゃがの味噌煮	豚肉 じゃが芋 人参 厚揚げ 葱 油 味噌 砂糖 醤油	ミントマト	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
14	火		リンゴ 牛乳	大豆の五目煮	鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん こんにゃく 干し椎茸 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	海苔チーズ納豆	納豆 人参 小松菜 チーズ 海苔 砂糖 醤油	オレンジ	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
15	水		バナナ 牛乳	肉団子スープ	豚ミンチ 塩こしょう 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	アスパラサラダ	アスパラ レタス 人参 ちりめん 砂糖 醤油 酢 油	リンゴ	☆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
16	木		ヨーグルト 麦茶	鱈の照り焼き	ぶり 生姜 酒 砂糖 醤油 みりん 油	☆ちくわと胡瓜のごま酢	ちくわ わかめ 胡瓜 レタス 人参 砂糖 酢 醤油 ごま	バナナ	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖
17	金		ちりめん 牛乳	ハンバーグカレー	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	フレンチサラダ	レタス キャベツ 胡瓜 人参 ハム 砂糖 酢 醤油 油	いちご	みつばちクッキー 牛乳	小麦粉 バター 砂糖
18	土		バナナ 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	わかめスープ	わかめ 玉葱 人参 コーン缶 葱 ごま 醤油 鶏ガラスープの素 煮干だし	チーズ	菓子 牛乳	菓子
20	月		リンゴ 牛乳	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	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	ミントマト	☆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
21	火		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	コロコロサラダ	じゃが芋 ウインナー 胡瓜 コーン缶 チーズ 人参 トマト レモン汁 マヨネーズ ごま	バナナ	磯ビーンズ 牛乳	大豆 ちりめん 青のり 砂糖 醤油 片栗粉 油
22	水		ヨーグルト 麦茶	鯨の南蛮漬	あじ 塩こしょう 小麦粉 片栗粉 油 玉葱 胡瓜 赤パプリカ 砂糖 酢 醤油	人参しりしり風	人参 ニラ ツナ缶 卵 スキムミルク 砂糖 醤油 塩こしょう ごま油	オレンジ	きなこポーロ 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
23	木		バナナ 牛乳	☆筑前煮	鶏肉 人参 ごぼう れんこん 生椎茸 里芋 こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	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	リンゴ	☆筍おにぎり 麦茶	米 筍 ベーコン いんげん 砂糖 醤油
24	金		オレンジ 牛乳	新ごぼうの つくね揚げ	鶏ミンチ ごぼう 玉葱 葱 卵 片栗粉 スキムミルク 油 砂糖 醤油 みりん ごま	☆昆布煮	刻み昆布 油揚げ 人参 いんげん 油 砂糖 醤油 煮干だし	ミントマト	さつま芋のホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク さつま芋 卵 豆乳 バター
25	土		チーズ 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	豆腐と卵のスープ	豆腐 卵 しめじ 葱 薄口醤油 鶏ガラスープの素 煮干だし	バナナ	菓子 牛乳	菓子
27	月		ヨーグルト 麦茶	鯨の味噌煮	さば 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒 人参 煮干だし	小松菜の納豆和え	納豆 小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 かつお節 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
28	火		バナナ 牛乳	こいのぼりオムレツ	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 ビーマン チーズ 塩こしょう ケチャップ	ツナサラダ じゃがコーンソテー	ツナ缶 レタス 胡瓜 人参 砂糖 醤油 酢 じゃが芋 玉葱 人参 コーン缶 バター 塩こしょう	いちご	かしわもちパン 牛乳	ホットケーキミックス グラニュー糖 バター ベーキングパウダー 卵 小麦粉 砂糖 抹茶
30	水		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 煮干だし	ブロッコリーの 味噌マヨ和え	ブロッコリー 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ 味噌 スキムミルク ごま	リンゴ	鮭炒飯 麦茶	米 鮭フレーク ちりめん 葱 卵 醤油 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