

令和2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	金		リンゴ 牛乳		ひじきとれんこんの ミートローフ	合挽肉 豆腐 れんこん 玉葱 人参 ひじき パン粉 卵 塩こしょう ケチャップ ソース	☆切干大根煮	切干大根 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒	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	土		バナナ 牛乳		五目うどん	鶏肉 玉葱 人参 しめじ わかめ 葱 うどん麺 砂糖 醤油 煮干だし	黒ごまさつま	さつま芋 砂糖 醤油 黒ごま	チーズ	菓子 牛乳	菓子
7	木		ヨーグルト 麦茶		カラフル麻婆豆腐	豚ミンチ ニンニク 生姜 豆腐 玉葱 人参 茄子 ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 片栗粉	ひじきの中華和え	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 焼き豚 砂糖 醤油 酢 ごま油	リンゴ	☆いりこ大豆 牛乳	大豆 いりこ 砂糖 醤油 ごま
8	金		オレンジ 牛乳		☆鯡フライ たくあんタルタルソース	鯡 塩こしょう 小麦粉 パン粉 卵 油 マヨネーズ たくあん 胡瓜 スキムミルク	フレンチサラダ	レタス キャベツ 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 油	ミニトマト	リンゴゼリー 麦茶	リンゴジュース 砂糖 粉寒天
9	土		チーズ 牛乳		焼きそば	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし ピーマン ちくわ 中華麺 ごま油 ソース かつお節 青のり	わかめスープ	わかめ 玉葱 人参 豆腐 葱 醤油 鶏がらスープの素 煮干だし ごま	バナナ	菓子 牛乳	菓子
11	月		ちりめん 牛乳		骨太卵焼き	卵 鶏ミンチ 切干大根 玉葱 人参 ピーマン しめじ 油 塩こしょう 粉チーズ スキムミルク	めかぶ納豆	納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま	オレンジ	ふかし芋 牛乳	さつま芋 塩
12	火		ヨーグルト 麦茶		☆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 酒	レバーの ケチャップ煮	鶏レバー 生姜 玉葱 人参 ピーマン 油 ケチャップ 砂糖 醤油 コンソメ	リンゴ	バナナホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス スキムミルク 豆乳 バナナ バター
13	水		バナナ 牛乳		鮭のごまマヨ焼き	鮭 塩こしょう マヨネーズ ごま	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 油 砂糖 醤油 ごま	ミニトマト	五目おにぎり 麦茶	米 鶏肉 人参 干し椎茸 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 酒
14	木		リンゴ 牛乳		豆腐チャンプルー	豚肉 豆腐 玉葱 人参 しめじ もやし 卵 葱 ごま油 砂糖 醤油 鶏がらスープの素 塩こしょう	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	オレンジ	きなこ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク きなこ 小豆缶 牛乳
15	金		バナナ 牛乳		ポークカレー	豚肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 ピーマン 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	キウイ	二色サンド 牛乳	食パン いちごジャム マーマレードジャム
16	土		オレンジ 牛乳		肉味噌スパゲティ	豚ミンチ 人参 玉葱 もやし グリンピース スパゲティ麺 油 味噌 砂糖 醤油 みりん	野菜のゆかり和え	胡瓜 人参 キャベツ ゆかり 醤油	チーズ	菓子 牛乳	菓子
18	月		ヨーグルト 麦茶		チキンソテー トマトソース	鶏肉 塩こしょう 玉葱 しめじ えのき コーン缶 ホールトマト缶 砂糖 ケチャップ コンソメ ソース	☆五目きんぴら	ごぼう れんこん 人参 糸こんにゃく ピーマン ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	リンゴ	黒ごまマフィン 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 黒ごま
19	火		キウイ 牛乳		小松菜入り 肉団子スープ	鶏ミンチ 小松菜 生姜 塩こしょう 片栗粉 玉葱 人参 キャベツ 生椎茸 葱 ごま油 醤油 鶏がらスープの素	スパゲティサラダ	スパゲティ ハム 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 粉チーズ	バナナ	☆海おにぎり 麦茶	米 ちりめん かつお節 青のり 砂糖 醤油 ごま
20	水		リンゴ 牛乳		肉南瓜	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 みりん 煮干だし	おかか ひじきキャベツ	キャベツ 胡瓜 人参 ひじき ちりめん 砂糖 醤油 かつお節	オレンジ	ツナトースト 牛乳	食パン ツナ缶 玉葱 パセリ マヨネーズ スキムミルク チーズ
21	木		バナナ 牛乳		高野豆腐入り八宝菜	豚肉 高野豆腐 いか えび 玉葱 人参 キャベツ ピーマン 筍 干し椎茸 油 醤油 鶏がらスープの素 片栗粉	ちくわの酢の物	ちくわ 胡瓜 人参 コーン缶 わかめ 砂糖 醤油 酢 ごま	キウイ	やせうま 牛乳	やせうま麺 きなこ 砂糖 塩
22	金		オレンジ 牛乳		親子丼	鶏肉 卵 玉葱 人参 かまぼこ 干し椎茸 葱 砂糖 醤油 みりん 煮干だし	ビーンズサラダ	大豆 ハム 胡瓜 人参 レタス 砂糖 醤油 酢 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
23	土		チーズ 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 パセリ 醤油 コンソメ	ブロッコリーソテー	ブロッコリー 玉葱 人参 ちりめん 砂糖 醤油	バナナ	菓子 牛乳	菓子
25	月		ヨーグルト 麦茶		☆鯖のカレー竜田揚げ	鯖 酒 生姜 醤油 カレー粉 片栗粉 油	小松菜の ごまドレッシング和え	小松菜 胡瓜 人参 もやし わかめ コーン缶 ちりめん 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま	オレンジ	スイートポテトトースト 牛乳	食パン さつま芋 砂糖 生クリーム スキムミルク 黒ごま
26	火		バナナ 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 スキムミルク	☆コールスローサラダ	キャベツ ハム 胡瓜 人参 切干大根 マヨネーズ スキムミルク	リンゴ	五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク ごま 油
27	水		ちりめん 牛乳		豆腐の松風焼き	鶏ミンチ 豆腐 玉葱 人参 葱 干し椎茸 パン粉 卵 味噌 砂糖 醤油 ごま	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	チーズ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス スキムミルク チーズ 牛乳
28	木		リンゴ 牛乳		肉じゃが風オムレツ	卵 牛ミンチ 人参 玉葱 ピーマン じゃが芋 油 砂糖 醤油 スキムミルク	海苔チーズ納豆	納豆 人参 小松菜 粉チーズ 海苔 砂糖 醤油	ミニトマト	ふんわりきなこ 牛乳	麩 きなこ 砂糖 油
29	金		キウイ 牛乳		クリームシチュー	鶏肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 ブロッコリー バター クリームコーン缶 シチュールー スキムミルク	青梗菜とツナのソテー	青梗菜 人参 しめじ 黄パプリカ ツナ缶 油 砂糖 醤油	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
30	土		オレンジ 牛乳		海鮮ビーフン	豚肉 いか えび 玉葱 人参 キャベツ もやし 葱 ごま油 ビーフン ソース 塩こしょう	中華風コーンスープ	卵 玉葱 人参 コーン缶 クリームコーン缶 醤油 鶏がらスープの素 片栗粉	チーズ	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