

令和4年 8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		オレンジ 牛乳		かに玉	卵 かにかま 玉葱 人参 干し椎茸 グリンピース スキムミルク ごま油 砂糖 醤油 片栗粉	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	南瓜ホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス 南瓜 砂糖 豆乳 スキムミルク バター
2	火		キウイ 麦茶		★大豆の五目煮	鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん 干し椎茸 こんにやく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	おおかかひじきキャベツ	ひじき キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 かつお節	バナナ	カルシウムラスク 牛乳	食パン バター 粉チーズ スキムミルク 青のり ごま
3	水		ちりめん 牛乳		夏野菜たっぷりハヤシ	牛肉 玉葱 人参 しめじ 茄子 ズッキーニ じゃが芋 ピーマン 油 ハヤシルー スキムミルク	オクラとトマトの ドレッシング和え	オクラ トマト レタス とうもろこし 砂糖 醤油 酢 油	オレンジ	フルーツポンチ 麦茶	スイカ バナナ 黄桃缶 牛乳 砂糖 粉寒天
4	木		ヨーグルト 麦茶		豆腐チャンプルー	豚肉 豆腐 卵 玉葱 人参 エリンギ もやし ニラ ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 塩こしょう	★バンバンジー風 サラダ	切干大根 胡瓜 トマト ツナ缶 マヨネーズ 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま	キウイ	ココアレーズン蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス ココア レーズン 牛乳 スキムミルク
5	金		バナナ 牛乳		鮭のニラ味噌焼き	鮭 塩こしょう ニラ 味噌 砂糖 みりん	じゃこわかめ	わかめ ちりめん 玉葱 人参 葱 ごま油 砂糖 醤油	ミニトマト	コーンおにぎり 麦茶	米 とうもろこし ベーコン コンソメ
6	土		チーズ 麦茶		和風ポトフ	豚肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 キャベツ 葱 コンソメ 醤油 煮干だし	ブロッコリーソテー	ブロッコリー 玉葱 人参 コーン缶 油 砂糖 醤油	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
8	月		キウイ 牛乳		ツナオムレツ	卵 ツナ缶 玉葱 人参 切干大根 しめじ ピーマン 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	レバー煮	鶏レバー 生姜 人参 糸こんにやく ニラ ごま油 砂糖 醤油	オレンジ	マカロニきなこ 牛乳	マカロニ きなこ 砂糖 塩
9	火		ヨーグルト 麦茶		肉南瓜	牛肉 南瓜 玉葱 人参 糸こんにやく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 煮干だし	野菜のゆかり和え	キャベツ 胡瓜 人参 ゆかり 砂糖 醤油	バナナ	スキムミルクラスク 牛乳	食パン スキムミルク 砂糖
10	水		オレンジ 牛乳		★鯡の チーズフライ	鯡 塩こしょう 粉チーズ 小麦粉 パン粉 油	ひじきサラダ	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ 醤油 スキムミルク	ミニトマト	そぼろおにぎり 麦茶	米 鶏ミンチ 生姜 卵 人参 いんげん 砂糖 醤油
12	金		バナナ 麦茶		豆乳入り味噌汁	鶏肉 豆乳 玉葱 人参 じゃが芋 こんにやく 油揚げ 葱 味噌 スキムミルク 煮干だし	オクラ納豆	納豆 オクラ 人参 ちりめん 砂糖 醤油 ごま	キウイ	すなっ麩 牛乳	麩 バター グラニュー糖
13	土		リンゴ 牛乳		五目ビーフン	豚肉 玉葱 人参 干し椎茸 キャベツ ピーマン ビーフン麺 ごま油 ソース 塩こしょう	わかめスープ	わかめ 玉葱 人参 豆腐 鶏がらスープの素 醤油 煮干だし	チーズ	菓子 牛乳	菓子
15	月		キウイ 麦茶		高野豆腐の卵とじ	鶏肉 高野豆腐 卵 玉葱 人参 干し椎茸 ニラ 油 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干だし	小松菜のごま和え	小松菜 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま	オレンジ	菓子 牛乳	菓子
16	火		バナナ 牛乳		★タンドリーチキン	鶏肉 塩こしょう 生姜 ニンニク プレーンヨーグルト カレー粉 コンソメ スキムミルク	カラフルソテー	ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 人参 厚揚げ ちりめん ごま油 砂糖 醤油	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
17	水		ヨーグルト 麦茶		トマト入り生姜焼き	豚肉 生姜 トマト 玉葱 人参 もやし キャベツ ピーマン 油 砂糖 醤油 みりん 酒	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	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 塩こしょう パセリ
18	木		オレンジ 牛乳		南瓜の クリームシチュー	鶏肉 南瓜 玉葱 人参 しめじ ピーマン バター シチュール スキムミルク	レバーのケチャップ煮	鶏レバー 生姜 玉葱 人参 グリンピース ケチャップ コンソメ 砂糖	バナナ	稲荷おにぎり 麦茶	米 油揚げ 砂糖 醤油 ごま
19	金		キウイ 麦茶		鯛の満点バーグ	鯛ミンチ 生姜 ちりめん さつま芋 豆腐 葱 卵 青のり ごま 片栗粉 味噌 醤油 みりん スキムミルク	冬瓜のすまし汁	冬瓜 人参 しめじ 葱 醤油 みりん かつお節 だし昆布	ミニトマト	菓子 牛乳	菓子
20	土		バナナ 牛乳		親子うどん	鶏肉 卵 玉葱 人参 しめじ かまぼこ 葱 うどん麺 鶏がらスープの素 醤油 みりん 煮干だし	さつま芋のレモン風味	さつま芋 レモン汁 砂糖	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
22	月		チーズ 麦茶		★鶏肉の南蛮漬け	鶏肉 塩こしょう 片栗粉 小麦粉 油 玉葱 赤パプリカ ピーマン 砂糖 醤油 酢	★根菜きんぴら	ごぼう れんこん 人参 糸こんにやく いんげん ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	オレンジ	南瓜サンド 牛乳	食パン 南瓜 バター 砂糖 スキムミルク
23	火		ちりめん 牛乳		チリコンカン	豚ミンチ 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 グリンピース 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	マカロニサラダ	マカロニ 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう	バナナ	きなこ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス きなこ 小豆缶 牛乳 スキムミルク
24	水		オレンジ 麦茶		豚肉のチャブチェ	豚肉 春雨 玉葱 人参 筍 干し椎茸 もやし ニラ ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 塩こしょう	★ちくわの酢の物	ちくわ わかめ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	キウイ	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 青のり 塩
25	木		バナナ 牛乳		カルシウム卵焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 小松菜 ひじき 油 砂糖 醤油 スキムミルク チーズ	五目納豆	納豆 人参 青梗菜 たくあん ちりめん 砂糖 醤油 ごま	ミニトマト	五平もち 麦茶	米 油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク ごま
26	金		ヨーグルト 麦茶		スタミナカレー	豚肉 生姜 ニンニク 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 南瓜 オクラ 油 カレールー スキムミルク	★キャベツの さっぱり和え	キャベツ 切干大根 胡瓜 人参 大葉 ツナ缶 砂糖 醤油 レモン汁	オレンジ	黒ごまふんわりクッキー 牛乳	ホットケーキミックス 黒ごま バター 砂糖 牛乳 スキムミルク
27	土		リンゴ 牛乳		茄子入り ミートスパゲティ	合挽ミンチ 茄子 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 ピーマン スパゲティ麺 油 ケチャップ コンソメ 砂糖	野菜スープ	玉葱 人参 キャベツ コーン缶 コンソメ 醤油 パセリ	チーズ	菓子 牛乳	菓子
29	月		バナナ 麦茶		★鯖の竜田揚げ	鯖 生姜 醤油 みりん 片栗粉 油	大豆入り昆布煮	刻み昆布 大豆 人参 いんげん 砂糖 醤油 煮干だし	ミニトマト	★野菜スティック 牛乳	胡瓜 人参 味噌 砂糖 みりん
30	火		ちりめん 牛乳		ニラ豚丼	豚肉 ニラ 卵 玉葱 人参 エリンギ もやし ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	南瓜とさつま芋の コロコロサラダ	南瓜 さつま芋 胡瓜 人参 レーズン ハム マヨネーズ スキムミルク	オレンジ	おおかかチーズおにぎり 麦茶	米 かつお節 チーズ 醤油
31	水		キウイ 麦茶		カラフル麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 生姜 ニンニク 玉葱 人参 茄子 赤パプリカ 黄パプリカ 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉	ひじきナムル	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	バナナ	マドレーヌ 牛乳	ホットケーキミックス ベーキングパウダー 卵 バター グラニュー糖

☆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