

令和5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	土		キウイ 麦茶		南瓜の クリームシチュー	鶏肉 南瓜 玉葱 人参 しめじ ブロccoliー パター シチュールー スキムミルク	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	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
3	月		オレンジ 牛乳		鮭のキャベツソース	鮭 塩こしょう 玉葱 しめじ キャベツ コンソメ スキムミルク	じゃがコーンソテー	じゃが芋 コーン缶 玉葱 人参 ウィンナー 油 コンソメ 醤油 塩こしょう	いちご	☆野菜スティック 牛乳	胡瓜 人参 味噌 砂糖 みりん
4	火		ヨーグルト 麦茶		そばろチャブチェ	鶏ミンチ 春雨 玉葱 人参 筍 干し椎茸 ニラ ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 塩こしょう	三色ナムル	小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま油	バナナ	シュガーラスク 牛乳	食パン バター グラニュー糖
5	水		リンゴ 牛乳		春野菜の豚汁	豚肉 玉葱 人参 ごぼう 生椎茸 じゃが芋 キャベツ 油揚げ 葱 味噌 煮干だし	めかぶ納豆	納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま	キウイ	わかめおにぎり 麦茶	米 わかめ 醤油 ごま
6	木		バナナ 麦茶		骨太卵焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 切干大根 しめじ ピーマン 油 砂糖 醤油 塩こしょう スキムミルク 粉チーズ	レバー煮 ふりかけ	鶏レバー 生姜 人参 糸こんにゃく ニラ ごま油 砂糖 醤油 いりこ かつお節 青のり ごま 塩	ミニトマト	パン粉クッキー 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー パン粉 卵 バター 砂糖 スキムミルク
7	金		ちりめん 牛乳		ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 グリーンピース 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	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	オレンジ	抹茶ミルク蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス 抹茶 牛乳 スキムミルク コンデンスミルク
8	土		キウイ 麦茶		焼きうどん	豚肉 玉葱 人参 もやし キャベツ ピーマン ちくわ うどん麺 ごま油 ソース 塩こしょう かつお節 青のり	中華風コーンスープ	卵 玉葱 人参 クリームコーン缶 コーン缶 葱 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉	チーズ	菓子 牛乳	菓子
10	月		バナナ 牛乳		☆鶏肉の マーメレード焼き	鶏肉 マーメレードジャム 醤油 みりん	☆根菜きんぴら	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	ミニトマト	☆海おにぎり 麦茶	米 ちりめん かつお節 青のり 醤油 砂糖 みりん 酒 ごま
11	火		ヨーグルト 麦茶		麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 生姜 ニンニク 玉葱 人参 筍 干し椎茸 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉	☆切干大根ナムル	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	リンゴ	芋ようかん 牛乳	さつまいも 砂糖 粉寒天
12	水		オレンジ 牛乳		☆鶏肉と 新ごぼうのうま煮	鶏肉 ごぼう 玉葱 人参 しめじ 糸こんにゃく 厚揚げ かまぼこ 葱 砂糖 醤油 スキムミルク 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	ふんわりきなこ 牛乳	麩 バター きなこ 砂糖
13	木		リンゴ 麦茶		魚のお好み焼き	エソミンチ 生姜 玉葱 人参 キャベツ 葱 小麦粉 塩こしょう スキムミルク ソース マヨネーズ かつお節 青のり	わかめのすまし汁	わかめ 玉葱 人参 豆腐 薄口醤油 みりん かつお節 昆布	キウイ	味噌トースト 牛乳	食パン 味噌 砂糖 ごま チーズ
14	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 グリンピース 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	いちご	お花クッキー 牛乳	ホットケーキミックス いちごパウダー バター 砂糖 牛乳 スキムミルク
15	土		チーズ 麦茶		あんかけラーメン	豚肉 玉葱 人参 しめじ もやし 青梗菜 中華麺 ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉	黒ごま南瓜	南瓜 砂糖 醤油 黒ごま	リンゴ	菓子 牛乳	菓子
17	月		キウイ 牛乳		千草焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 ピーマン 油 砂糖 醤油 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	五平もち 麦茶	米 油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク ごま
18	火		リンゴ 麦茶		厚揚げと 小松菜のグラタン	鶏肉 厚揚げ 小松菜 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 塩こしょう スキムミルク 小麦粉 バター 牛乳 コンソメ 粉チーズ	昆布煮 ふりかけ	刻み昆布 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 煮干だし いりこ かつお節 青のり ごま 塩	オレンジ	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 砂糖 牛乳 スキムミルク
19	水		ちりめん 牛乳		肉豆腐	牛肉 焼き豆腐 玉葱 人参 生椎茸 糸こんにゃく 白菜 葱 砂糖 醤油 煮干だし	☆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	バナナ	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
20	木		ヨーグルト 麦茶		春キャベツの生姜焼き	豚肉 生姜 玉葱 人参 もやし キャベツ ピーマン 油 砂糖 醤油 みりん 酒	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	キウイ	きなこホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス きなこ 小豆缶 豆乳 スキムミルク バター
21	金		バナナ 牛乳		高野豆腐の ケチャップ煮	豚肉 高野豆腐 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 グリーンピース ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	ほうれん草のごま和え	ほうれん草 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま	リンゴ	☆いりこ大豆 牛乳	いりこ 大豆 砂糖 醤油 ごま
22	土		オレンジ 麦茶		肉味噌スパゲティ	豚ミンチ 玉葱 人参 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 酒	きのこ豆腐のスープ	えのき しめじ 生椎茸 豆腐 玉葱 人参 コンソメ 醤油 パセリ	チーズ	菓子 牛乳	菓子
24	月		キウイ 牛乳		☆鯛の竜田揚げ	鯛 生姜 醤油 みりん 片栗粉 油	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	ミニトマト	筍おにぎり 麦茶	米 筍 ベーコン いんげん 砂糖 醤油
25	火		チーズ 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 こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	和風サラダ	レタス 胡瓜 人参 コーン缶 わかめ ツナ缶 砂糖 醤油 酢 油	バナナ	ふかし芋 牛乳	さつまいも 塩
26	水		リンゴ 牛乳		ピザ風オムレツ	卵 ウィンナー 玉葱 人参 トマト ピーマン 塩こしょう スキムミルク チーズ ケチャップ	ブロッコリーソテー ふりかけ	ブロッコリー 玉葱 人参 ちりめん 油 砂糖 醤油 いりこ かつお節 青のり ごま 塩	オレンジ	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 青のり 塩
27	木		ヨーグルト 麦茶		中華丼	豚肉 玉葱 人参 筍 干し椎茸 厚揚げ キャベツ 白菜 ピーマン ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉	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	黒ごまマフィン 牛乳	ホットケーキミックス 黒ごま 卵 豆腐 バター 砂糖 スキムミルク
28	金		バナナ 牛乳		かぶとハンバーグ	豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 人参 豆腐 パン粉 塩こしょう アスパラ ケチャップ ソース	青のりポテト ☆コールスローサラダ	じゃが芋 青のり 塩 粉チーズ キャベツ 切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ 塩こしょう	いちご	こいのぼりサンド 牛乳	食パン いちごジャム マーメレードジャム

☆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