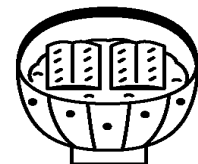


平成23年7月		給食献立予定表	池上わかば保育園
日	献立名	材 料 名	おやつ
11 25 (月)	ゆかりごはん 炒り鶏 酢の物	米 麦 ゆかり 鶏肉 じゃが芋 人参 干椎茸 こんにゃく ごぼう 三度豆 砂糖 醤油 みりん だし汁 油 白菜 きゅうり ひじき ちりめんじゃこ 酢 砂糖 醤油	菓子 チョコチップクッキー
12 26 (火)	焼きそば かきたま汁	中華麺 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン ロールイカ とんかつソース ウスターソース 花かつお 青のり 油 卵 白菜 えのき ねぎ 醤油 みりん だし汁	昆布おにぎり
13 27 (水)	うなぎ寿司 味噌汁	米 麦 うなぎ 人参 干椎茸 竹の子 きゅうり 卵 酢 砂糖 醤油 みりん 油 塩 だし昆布 きざみのり うす揚げ 玉葱 干わかめ ねぎ 味噌 だし汁	とうふケーキ
14 28 (木)	パン 夏野菜シチュー シーザーサラダ	レーズンパン 牛肉 南瓜 玉葱 人参 なす ピーマン トマト ホワイトルウ 牛乳 ケチャップ キャベツ レタス きゅうり ベーコン ホールコーン マヨネーズ 粉チーズ	手作りプリン ハードビスケット
1 15 29 (金)	ごはん ゴーヤの味噌炒め すまし汁	米 麦 ゴーヤ 豚肉 厚揚げ 人参 なす 味噌 砂糖 醤油 油 麩 ちくわ えのき ねぎ 醤油 みりん だし汁 だし昆布	菓子 源氏パイ
2 16 (土)	木の葉丼 パイン缶	米 麦 うす揚げ かまぼこ 玉葱 人参 干椎茸 三つ葉 卵 砂糖 醤油 みりん だし汁 パイン缶	菓子 ハッピーターン
4 (月)	ごはん 魚の南蛮漬 五目汁	米 麦 メルルーサ 小麦粉 油 玉葱 人参 ピーマン えのき 酢 砂糖 醤油 豚肉 大根 厚揚げ 糸こんにゃく ねぎ 醤油 みりん だし汁 でん粉	菓子 野菜かりんとう
5 19 (火)	パン タンドリーチキン ミネストローネ	ロールパン 鶏肉 カレー粉 塩 ヨーグルト ケチャップ 玉葱 ブロccoliリー じゃが芋 ベーコン 大豆 キャベツ セロリ トマト ホールトマト 砂糖 チキンコンソメ	フルーツ白玉
6 20 (水)	ぶっかけそうめん 揚げなす	そうめん ロースハム 人参 干椎茸 きゅうり 卵 油 砂糖 醤油 みりん だし汁 だし昆布 なす 三度豆 花かつお 油 砂糖 醤油 みりん だし汁	ツナコーンパン
7 21 (木)	おほしさまカレー シルバーサラダ	米 麦 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 オクラ カレールウ 小麦粉 油 春雨 きゅうり ロースハム 卵 酢 砂糖 塩 油	7日 カルピス 星たべよ 21日カルピスゼリー ウエハース
8 22 (金)	炊き込みごはん 白和え 味噌汁	米 麦 鶏肉 うす揚げ ごぼう えのき 醤油 みりん だし昆布 豆腐 ほうれん草 人参 こんにゃく 味噌 砂糖 醤油 みりん ごま 油 じゃが芋 もやし ねぎ 味噌 だし汁	北海道ミルクパン
9 23 (土)	五目チャーハン みかんヨーグルト	米 麦 焼き豚 むきえび 玉葱 人参 ねぎ 卵 チキンコンソメ 醤油 油 みかん缶 ヨーグルト 砂糖	菓子 サッポロポテト



どよう うし  
**「土用の丑の日」のいわれ**

「丑の日に『う』の字がつく物を食べると夏負けしない」という民間伝承がヒントとなって始まったウナギ食。立秋前の18日間で日の十二支が丑である日のことを、土用の丑の日と呼んでいます。猛暑であるこの時期を乗り切るため、食卓にウナギを出し、子どもたちにも十分な栄養を心がけましょう。

