

平成23年8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
1 29 (月)	ごはん 焼き魚 酢の物 かき玉汁	米 麦 鮭 塩 切干大根 きゅうり ひじき 醤油 砂糖 酢 卵 えのき 貝割れ だし汁 醤油 みりん		グレープゼリー
2 30 (火)	ホットドッグ 南瓜のポターージュ バナナ	ドッグ用パン 荒挽きウインナー キャベツ カレー粉 塩 油 ケチャップ 南瓜 玉葱 パセリ ホワイトルウ 牛乳 小麦粉 バナナ		菓子 動物ビスケット チーズキャッチ
3 17 31 (水)	サマーカレー フレンチサラダ	米 麦 牛肉 玉葱 南瓜 なす トマト ゴーヤ カレールウ 油 小麦粉 キャベツ きゅうり みかん缶 酢 砂糖 塩 油 レーズン		マカロニの きな粉和え
4 18 (木)	にゅうめん かきあげ	そうめん 鶏肉 かまぼこ 青菜 干椎茸 醤油 みりん だし汁 だし昆布 むきえび 玉葱 南瓜 人参 小麦粉 卵 塩 油		フルーチェ ハードビスケット
5 19 (金)	牛肉の炊き込みごはん 冬瓜の煮物 味噌汁	米 麦 牛肉 えのき ごぼう 醤油 砂糖 みりん だし昆布 冬瓜 うすあげ 三度豆 醤油 砂糖 みりん だし汁 でん粉 麩 小松菜 人参 味噌 だし汁		菓子 オールレーズン
6 20 (土)	シーフードピラフ パイン缶とヨーグルト	米 麦 むきえび ロールイカ 玉葱 人参 ピーマン ホールコーン バター チキンコンソメ 塩 パイン缶 ヨーグルト		菓子 カール
8 22 (月)	ごはん 冷しゃぶ 味噌汁	米 麦 豚肉 人参 きゅうり 太もやし キャベツ 味噌 酢 醤油 砂糖 練りごま 南瓜 しめじ ねぎ 味噌 だし汁		オレンジゼリー
9 23 (火)	パン 鶏のカレー煮 ゴーヤサラダ	ロールパン 鶏肉 大豆 じゃが芋 玉葱 ピーマン カレー粉 チキンコンソメ ゴーヤ ツナ缶 大根 人参 マヨネーズ 醤油 卵		とうもろこし
10 24 (水)	ひじき散らし寿し すまし汁	米 麦 高野豆腐 人参 ちりめんじゃこ 干椎茸 ひじき 塩 三度豆 卵 酢 砂糖 醤油 油 だし昆布 ごま 豆腐 えのき 干しわかめ ねぎ 醤油 みりん だし汁 だし昆布		スイカ
11 25 (木)	ナスとトマトの スパゲティ 豆乳スープ	スパゲティ ベーコン 玉葱 なす トマト ホールトマト トマトピューレ チキンコンソメ 油 塩 砂糖 粉チーズ あさり缶 じゃが芋 ブロッコリー レタス 豆乳 牛乳 チキンコンソメ 塩 小麦粉		みかんヨーグルト
12 26 (金)	ごはん マーボー豆腐 華風和え	米 麦 豆腐 豚ミンチ 玉葱 人参 ねぎ 土生姜 砂糖 醤油 味噌 チキンコンソメ でん粉 油 春雨 ロースハム チンゲン菜 卵 酢 砂糖 醤油 ごま油 油		菓子 雪の宿
27 (土)	牛丼 桃缶	米 麦 牛肉 玉葱 人参 干椎茸 三つ葉 砂糖 醤油 だし汁 桃缶		菓子 ムーンライト

たくさん運動、たっぷり休み、水分補給

夏本番です。熱中症に気をつけましょう。たくさん運動し、休んで、いっぱい食べ、水分補給をしていると、元気な子どものことです。夏バテなんて寄りついてきません。夏祭りやプール、レジャーなど、子どもの関心をひくイベントが目白押し季節です。興味をもたせながら、夜更かしなどはしないように、体調管理に気をつけてください。

