



給食献立予定表

平成24年12月28日
池上わかば保育園

年末年始はごちそうがたくさん。胃の調子を整えるためや、厄除けのために、1月7日にはセリ・ナズナ・ゴギョウハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロの七草を入れる「七草がゆ」を食べます。

15日の「小正月」にも、おかゆをいただきます。このおかゆには、アズキを入れる地方が多いとされていて「アズキがゆ」とも言われています。ぜんざいやおしろこの所もあるようです。



日	献立名	材 料 名
7 21 (月)	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼 すまし汁 7日 七草がゆ 21日 菓子	米 麦 鮭 白菜 玉葱 人参 えのき もやし ねぎ 味噌 砂糖 豆腐 干わかめ 春菊 醤油 みりん だし汁 だし昆布 米 七草セット 大根 かぶ 水菜 だし汁 塩 動物ビスケット
8 22 (火)	パン とんかつ 野菜スープ マカロニのきなこ和え	イエローロールパン 豚肉 小麦粉 卵 パン粉 油 とんかつソース ケチャップ キャベツ 南瓜 白菜 ほうれん草 チキンコンソメ 塩 マカロニ きなこ 砂糖 塩
9 23 (水)	カレーライス フレンチサラダ にゅうめん	米 麦 牛肉 玉葱 人参 ジャガ芋 グリンピース 小麦粉 カレールウ 油 キャベツ きゅうり みかん缶 レーズン 酢 砂糖 塩 油 そうめん 鶏肉 かまぼこ ねぎ 醤油 みりん だし汁
10 24 (木)	ちゃんこうどん じゃがいもの土佐煮 白玉ぜんざい	うどん 鶏肉 白菜 人参 えのき うす揚げ ねぎ 醤油 味噌 みりん だし汁 じゃが芋 砂糖 醤油 花かつお 白玉団子 あずき 砂糖 塩 でん粉
11 25 (金)	ごはん 鶏のからあげ ナムル たまごスープ 菓子	米 麦 鶏肉 醤油 でん粉 油 もやし ほうれん草 ごま 醤油 ごま油 卵 玉葱 人参 チキンコンソメ 塩 ぱりんこ
12 26 (土)	他人丼 パイン缶 菓子	米 麦 牛肉 玉葱 人参 ごぼう 三つ葉 卵 醤油 砂糖 だし汁 パイン缶 ハーベスト
28 (月)	ごはん すきやき風煮 ごま酢和え 菓子	米 麦 牛肉 焼豆腐 白菜 白葱 玉葱 人参 系こんにゃく 麩 砂糖 醤油 みりん 油 ひじき 小松菜 大根 カニカマ 酢 砂糖 醤油 ごま かっぱえびせん
15 29 (火)	パン 鶏のクリーム煮 かみかみサラダ フライドポテト	ロールパン 鶏肉 マカロニ 玉葱 人参 ブロccoliリー カリフラワー ホワイトルウ 牛乳 小麦粉 大豆 切干大根 きゅうり ちりめんじゃこ ごま マヨネーズ 醤油 冷凍フライドポテト 油 塩
16 30 (水)	散らし寿司 豚汁 メープルぱん	米 麦 むきえび 人参 干椎茸 竹の子 れんこん 絹さや 卵 油 塩 砂糖 酢 醤油 だし昆布 豚肉 大根 白菜 里芋 えのき ねぎ 味噌 だし汁 食パン バター メープルシロップ
17 31 (木)	イタリアンスパゲティ コーンポタージュ ちぢみ	スパゲティ ベーコン 玉葱 人参 ピーマン しめじ ケチャップ チキンコンソメ 塩 油 粉チーズ ホールコーン クリームコーン 乾パセリ ホワイトルウ 牛乳 小麦粉 卵 長芋 人参 とろけるチーズ 醤油 塩 ごま油
4 18 (金)	ふりかけごはん 高野豆腐の卵とじ 味噌汁 菓子	米 麦 かつおふりかけ 高野豆腐 卵 人参 グリンピース 砂糖 醤油 みりん だし汁 じゃが芋 玉葱 干わかめ だし汁 味噌 ムーンライト
5 19 (土)	チャーハン みかんヨーグルト 菓子	米 麦 焼き豚 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 ぼんち揚げ