



給食献立予定表

平成25年1月31日
池上わかば保育園

2月は「節分」の行事があります。「福は内、鬼は外」と声を出しながら、お面をかぶった“鬼”に豆をぶつけて、玄関から家の外へ。豆を自分の年の数だけ食べると、1年間は無病息災で過ごせると言われています。このような行事の際にぜひ、子どもとのコミュニケーションを図りましょう。



日	献立名	材 料 名
4 18 (月)	ごはん	米 麦
	鯖の焼き浸し	鯖 塩 小松菜 えのき うす揚げ 醤油 砂糖 みりん だし汁
	味噌汁	大根 白菜 人参 麩 ねぎ 味噌 だし汁
	菓子	ハッピーターン
5 19 (火)	パン	ロールパン
	ポークビーンズ	豚肉 大豆 じゃが芋 玉葱 人参 ブロッコリー ケチャップ ホワइटルウ 牛乳
	フルーツサラダ	キャベツ きゅうり みかん缶 パイン缶 レーズン 酢 塩 油
	みたらし団子	冷凍白玉 醤油 砂糖 でん粉
6 20 (水)	ごはん	米 麦
	筑前煮	鶏肉 じゃが芋 人参 れんこん ごぼう 三度豆 こんにゃく 干椎茸 砂糖 醤油 みりん 油 だし汁
	ごま和え	小松菜 白菜 もやし 竹輪 ごま 砂糖 醤油
	パンカナッペ	食パン 卵 玉葱 マヨネーズ 塩
7 21 (木)	焼うどん	うどん 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 もやし 醤油 花かつお 油 青のり だし汁
	かに卵汁	卵 えのき かに缶 ねぎ 醤油 みりん だし汁
	ドーナツ	小麦粉 ベーキングパウダー バター グラニュー糖 塩 卵 牛乳 バニラエッセンス 油
8 22 (金)	カレーライス	米 麦 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 グリンピース カレールウ 小麦粉 油
	スパゲティサラダ	スパゲティ ロースハム きゅうり ホールコーン マヨネーズ 塩
	菓子	雪の宿
9 (土)	エビピラフ	米 麦 むきえび 玉葱 人参 ピーマン ホールコーン チキンコンソメ 塩 バター
	いちごヨーグルト	いちごジャム ヨーグルト
	菓子	チョコチップクッキー
25 (月)	たきこみごはん	米 麦 鶏肉 うす揚げ ごぼう 醤油 みりん だし昆布
	白和え	豆腐 ほうれん草 人参 こんにゃく ひじき 味噌 ごま 醤油 砂糖 みりん 油
	味噌汁	じゃが芋 しめじ 干わかめ 味噌 だし汁
	菓子	サッポロポテト
12 26 (火)	パン	ロールパン
	ミートローフ	豚ミンチ 豆腐 玉葱 パン粉 卵 塩 キャベツ ケチャップ
	野菜スープ	白菜 大根 人参 小松菜 チキンコンソメ 塩
	鶏ぞうすい	米 鶏ミンチ だし汁 ねぎ 卵 醤油
13 27 (水)	ごはん	米 麦
	牛肉のオイスターソース炒め	牛肉 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン もやし 卵 オイスターソース 醤油 油
	華風スープ	春雨 ニラ えのき 醤油 チキンコンソメ ごま油
	じゃがバター	じゃが芋 バター 塩
14 28 (木)	クリームソース	スパゲティ ベーコン 南瓜 玉葱 ほうれん草 しめじ ホワइटルウ 牛乳 チキンコンソメ
	スパゲティ	塩 小麦粉
	わかめサラダ	干わかめ ツナ缶 大根 人参 酢 砂糖 醤油 油
	チーズ蒸しパン	ホットケーキの素 砂糖 卵 牛乳 とろけるチーズ
15 (金)	子ぎつね寿し	米 麦 うす揚げ 人参 干椎茸 竹の子 ちりめんじゃこ 三度豆 ごま 酢 砂糖 醤油 みりん だし昆布
	五目汁	鶏肉 大根 長芋 こんにゃく ねぎ 醤油 みりん だし汁 でん粉
	菓子	満月ボン
2 16 (土)	マーボー丼	米 麦 豆腐 豚ミンチ 玉葱 人参 ねぎ 土生姜 味噌 醤油 チキンコンソメ 砂糖 みりん でん粉 油
	桃缶	桃缶
	菓子	ウエハース
1 (金)	巻き寿し	米 だし昆布 高野豆腐 かんぴょう きゅうり でんぶ 焼のり 酢 醤油 砂糖 みりん
	豚汁	豚肉 白菜 大根 えのき うす揚げ ねぎ 人参 だし汁 味噌
	菓子	たべたい棒

