



給食献立予定表

平成25年4月1日
池上わかば保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。子どもたちは、新しいクラスのお友達や先生に胸をときめかせていることでしょう。規則正しい生活リズムを作って、毎日元気に登園してください。保育園では1年を通じ、さまざまな食育活動があります。子どもたちに食について興味をもってもらい、いろんな食材をおいしく食べてもらおうと思います。



日	献立名	材 料 名
1 15 (月)	ごはん 新じゃが芋のそぼろ煮 お浸し 菓子	米 麦 新じゃが芋 豚ミンチ 玉葱 人参 系こんにゃく 三度豆 砂糖 醤油 みりん だし汁 油 もやし ほうれん草 白菜 うすあげ 花かつお 醤油 サッポロポテト
2 16 30 (火)	パン 魚のチーズ焼き ベーコスープ おにぎり	ロールパン メルルーサ 玉葱 人参 ピーマン えのき ケチャップ 塩 とろけるチーズ ベーコン 小松菜 キャベツ 大豆 チキンコンソメ 塩 米 かつおふりかけ
3 17 (水)	カレーライス 春のサラダ ポップコーン	米 麦 牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース 小麦粉 カレールウ 油 ロースハム 大根 パプリカ キャベツ 卵 ごま 酢 砂糖 ごま油 醤油 塩 とうもろこし 塩 バター
4 18 (木)	焼そば かき玉汁 レーズンケーキ	焼そば麺 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン ロールイカ 花かつお 青のり 油 とんかつソース ウスターソース 卵 豆腐 かいわれ でん粉 だし汁 醤油 みりん ホットケーキミックス バター 卵 牛乳 レーズン 砂糖
5 19 (金)	ごはん 鶏のからあげ ナムル 味噌汁 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 干わかめ 玉葱 えのき ねぎ 味噌 だし汁 雪の宿
6 20 (土)	木の葉丼 桃缶 菓子	米 麦 うすあげ かまぼこ 玉葱 人参 三つ葉 卵 醤油 砂糖 みりん だし汁 桃缶 ハーベスト
8 22 (月)	ごはん 牛肉とひじきの炒め煮 味噌汁 菓子	米 麦 牛肉 ひじき 人参 切干大根 ごぼう 系こんにゃく 平天 砂糖 醤油 みりん ごま油 じゃが芋 玉葱 ねぎ 味噌 だし汁 ココナツサブレ
9 23 (火)	パン クリームシチュー ポパイサラダ お好み焼き	ロールパン 鶏肉 じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース ホワイトルウ 牛乳 小麦粉 ほうれん草 白菜 ちりめんじゃこ ホールコーン 酢 砂糖 醤油 小麦粉 豚肉 キャベツ 卵 長芋 花かつお とんかつソース マヨネーズ
10 24 (水)	散らしすし 五目汁 リッツとジャム	米 麦 高野豆腐 人参 むきえび 干椎茸 竹の子 卵 醤油 酢 砂糖 みりん だし昆布 油 刻みのり 塩 豚肉 大根 厚揚げ こんにゃく ねぎ 醤油 みりん だし汁 リッツ いちごジャム
11 25 (木)	あんかけうどん 若竹煮 おぐらサンド	うどん 鶏肉 大根 かまぼこ 生椎茸 卵 ねぎ 醤油 みりん だし汁 だし昆布 でん粉 竹の子 生わかめ 絹さや だし汁 砂糖 醤油 みりん ドッグ用パン マーガリンバター あずき
12 26 (金)	ごはん 魚の揚げ煮 華風スープ 菓子	米 麦 メルルーサ 小麦粉 油 砂糖 醤油 みりん キャベツ 春雨 ニラ えのき 醤油 チキンコンソメ ごま油 おにぎりせんべい
13 27 (土)	和風スパゲティ みかんヨーグルト 菓子	スパゲティ ツナ缶 玉葱 人参 しめじ チキンコンソメ 醤油 塩 油 刻みのり みかん缶 ヨーグルト 砂糖 ビスコ