



給食献立予定表

平成26年4月30日
池上わかば保育園

新緑がまぶしいさわやかな季節を迎えました。遠出をしなくても、近隣の公園や緑道にお弁当を持って
でかけてみませんか？ 元気いっぱい遊んだあとに食べるお弁当は格別においしいでしょうね！
今月は、食育活動でハヤシライスの玉葱と人参の皮むきをしたり、えんどう豆の皮をむいてもらおうと
思っています。



日	献立名	材 料 名
12 26 (月)	鮭寿し すまし汁 菓子	米 麦 鮭フレーク 人参 竹の子 干椎茸 卵 油 塩 酢 砂糖 醤油 みりん ごま 刻みのり だし昆布 豆腐 えのき 三つ葉 醤油 みりん だし汁 だし昆布 ココナツサブレ
13 27 (火)	パン 魚のフリッター ウインナースープ 牛乳プリン	イエローロールパン メルルーサ 小麦粉 ベーキングパウダー 塩 油 ブロッコリー マヨネーズ ケチャップ ウインナー 大豆 白菜 玉葱 人参 パセリ チキンコンソメ 塩 みかん缶 牛乳 砂糖 ゼラチン
14 28 (水)	ハヤシライス シルバーサラダ 14日 遠足のおやつ 28日 焼きそば	米 麦 牛肉 玉葱 人参 グリンピース ホールトマト ハヤシルウ 小麦粉 油 春雨 きゅうり ロースハム みかん缶 酢 砂糖 塩 油 いちごビスコ 島田のラムネ おととつと 焼きそば 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 トンカツソース ウスターソース 油 花かつお
1 15 29 (木)	ちゃんぽん麺 バンバンジー メープルパン	中華麺 豚肉 むきえび カットイカ キャベツ 人参 玉葱 ねぎ チキンコンソメ 醤油 でん粉 油 鶏ササミ きゅうり もやし 人参 ごま 練りごま 酢 砂糖 塩 食パン バター メープルシロップ
2 16 30 (金)	えんどうごはん 鶏の塩焼き キャベツの昆布和え 味噌汁 2日 生菓子 16・30日 菓子	米 麦 えんどうまめ 塩 鶏肉 塩 でん粉 キャベツ きゅうり 人参 塩昆布 竹の子 玉葱 干わかめ 味噌 だし汁 粕餅 サッポロポテト
17 31 (土)	マーボー丼 パイナップル 菓子	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 パイナップル ハーベスト
19 (月)	ごはん 炒り鶏 ごま和え 菓子	米 麦 鶏肉 じゃが芋 人参 ごぼう 生椎茸 平てん こんにゃく 砂糖 醤油 みりん 油 だし汁 白菜 小松菜 もやし ひじき ちりめんじゃこ ごま 砂糖 醤油 さやえんどう
20 (火)	パン ボルシチ マカロニサラダ おにぎり	ロールパン 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 キャベツ ホールトマト チキンコンソメ 塩 ブロッコリー ケチャッ プ マカロニ ロースハム きゅうり 卵 マヨネーズ 塩 米 のりたまふりかけ
7 21 (水)	ごはん 新じゃがの旨煮 そうめん汁 7日 果物 菓子 21日 菓子小袋	米 麦 新じゃが芋 豚バラ肉 人参 三度豆 醤油 みりん 砂糖 そうめん 竹輪 干わかめ 三つ葉 醤油 みりん だし汁 だし昆布 バナナ ハードビスケット たべっこ動物
8 22 (木)	わかめうどん 磯辺あげ じゃが芋のチーズ焼き	うどん 鶏肉 生わかめ 人参 ねぎ 醤油 みりん だし汁 だし昆布 冷凍竹輪 長芋 小麦粉 卵 塩 青のり 油 じゃが芋 とろけるチーズ
9 23 (金)	たけのごはん 魚のホイル焼き 味噌汁 菓子	米 麦 竹の子 うすあげ だし昆布 醤油 みりん 鮭 塩 えのき 玉葱 レモン汁 豆腐 小松菜 人参 味噌 だし汁 ローストブリッツ
10 24 (土)	和風スパゲティ いちごヨーグルト 菓子	スパゲティ 豚肉 小松菜 玉葱 人参 しめじ チキンコンソメ 醤油 塩 油 刻みのり ヨーグルト いちごジャム ぱりんこ