＜ 2025年 6月 予定献立表 ＞

☆お弁当の日は、18日（水）です。おやつは、水無月（乳児はおにぎり）です。

たかつかさ保育園給食室〔2025年5月26日発行〕

（単位：g）

くま組 スプーンの日

きりん・ぞう組 箸・スプーンの日

	2・16・30(月)	3・17(火)	4(水)	5・19(木)	6・20(金)	7・21(土)	9・23(月)	10・24(火)	11・25(水)	12・26(木)	13・27(金)	14・28(土)
昼食	**パン** 玄米パン 60 **鶏肉のから揚げ風** 鶏肉 40～50 しょうが 0．1 にんにく 少々 醤油1 みりん 0．3 油 2 片栗粉 5 **カミカミサラダ** きゅうり 20 人参 10 切り干し大根 3 するめ 2 マヨネーズ 4 酢 1 醤油 1 **スープ** 冬瓜 20 油揚げ 5 小松菜 5 中華スープ 1 塩 0．1 醤油 2 ひよこ・やぎ・うさぎ組 澄まし汁	**ご飯** 七分つき米35～45 **豚肉とかぼちゃの炒め煮** 豚肉 30～40 玉ネギ 15 かぼちゃ 30 炒め油(ゴマ油) 1 しょうが 少々 酒 少々 醤油(濃) 3 三温糖 1．5 みりん 1 **涼伴三絲** 春雨 8 きゅうり 10 干しワカメ 0．3 ツナ缶 5 酢 5 三温糖 2 醤油 1 **澄まし汁** 豆腐 30 オクラ 10 塩 0．2 醤油 2 出し汁	**納豆ご飯** 七分つき米 40～45 納豆 15 **ぎせい豆腐** 鶏ミンチ 10 厚揚げ 15 玉ネギ 12 ねぎ 2 卵 25 三温糖 1 醤油 2 塩 少々 だし汁 **きんぴら** ピーマン 15 人参 15 しらす干し 7 ゴマ油 1 醤油 0．2 塩 少々 **味噌汁** なす 10 切り干し大根 2 味噌 6 出し汁	**ご飯** 七分つき米 40～45 **焼き魚** サワラ又はイサキ 40～50 酒 醤油 みりん しょうが汁 **煮物** なす 20 人参 20 かぼちゃ 40 出し汁 三温糖 1．5 醤油 2．5 みりん 0．5 **澄まし汁** 板麩 0．2 ねぎ 2 干しワカメ 0．2 出し汁 醤油 2 塩 0．2	**ご飯** 七分つき米40～45 白ごま 1 **鶏肉のトマト煮** 鶏肉 40 玉ネギ 40 じゃが芋 70 トマト 20 糸こんにゃく 10 きぬさや 6 油 1 三温糖 3 醤油(濃・薄) 6 酒 **味噌汁** 高野豆腐 2 小松菜 6 味噌 6 出し汁	**冷やし磯きつねうどん** 乾麺 40～50 油揚げ 20 三温糖 1．5 醤油(濃)2．5 みりん 1．5 きゅうり 15 干しワカメ 0．3 オクラ 5 トマト 20 出し汁 醤油 4 みりん 3 **果物** メロン又は すいか	**ハヤシライス** 七分つき米 50 豚肉 30 人参 20 玉ネギ 30 じゃが芋 40 グリーンアスパラ 10 トマト 20 炒め油 1 しょうが 1 にんにく 少々 塩 0．2 トマトピューレ 5 ケチャップ 5 トマトジュース 20 ソース2 醤油(濃) 1 ローリエ 三温糖 0．5 米粉 2 **(添え)** **きゅうりスティック** **ヨーグルト**	**ご飯** 七分つき米 40～45 **ハモの照り焼き** ハモ ひよこ・やぎ組 焼き魚(サワラ) **あらめの煮物** あらめ 3 油揚げ 10 人参 10 出し汁 三温糖 1 醤油 2．5 みりん 1 **(添え)スナップえんどう 10** **味噌汁** 切り干し大根 1 かぼちゃ 15 ねぎ 1 味噌 6 出し汁	**ご飯** 七分つき米35～45 しらす干し 1 **手羽中と大豆の酢醤油煮** 手羽中 1本 大豆 4 酒 1 にんにく しょうが 酢 5 三温糖 3 醤油(濃・淡)5 水 5 **ゴマ和え** グリーンアスパラ 8 人参 10 キャベツ 15 ツナ缶 10 白ゴマ 2 三温糖 0．8 醤油 1．5 出し汁 **澄まし汁** 麩 2 モロヘイヤ 3 塩 0．2 醤油 2 出し汁	**ご飯** 七分つき米40～45 **酢豚** 豚肉(角切り) 30 しょうが 1 醤油 1．5 人参 20 玉ネギ 30 ピーマン 10 干し椎茸 1 炒め油 2 しょうが 1 酒 少々 塩 0．1 三温糖 0．5 醤油 3 ケチャップ 3 みりん 2 酢 1．5 片栗粉 2 **トマトのかきたま汁** 卵 15 トマト 10 きぬさや 5 出し汁 塩 0．2 醤油 2	**生姜焼き丼** 七分つき米 40～50 豚肉 50 玉ネギ 30 小松菜 20 人参 15 炒め油 1 酒 1 三温糖 2 醤油 3 みりん 1 にんにく 1 しょうが 1 ごま油(香) **味噌汁** 豆腐 15 じゃが芋 20 干しワカメ 0．2 味噌 6 出し汁	**ちゃんぽん麺** 乾麺 50 豚肉 30 キャベツ 30 人参 10 玉ネギ 15 ニラ 3 炒め油(ごま油)1 塩 0．2 こしょう 少々 しょうが 少々 醤油(濃・薄)4 みりん 2 出し汁 **果物** すいか又は メロン
乳児	301Kcal	254Kcal	268Kcal	236Kcal	254Kcal	205Kcal	286Kcal	286Kcal	226Kcal	207Kcal	258Kcal	260Kcal
幼児	376Kcal	318Kcal	335Kcal	295Kcal	318Kcal	256Kcal	357Kcal	357Kcal	282Kcal	259Kcal	322Kcal	288Kcal
おやつ	**きな粉せんべい** 又は **星せんべい** **幼児)果物又はチューペット** **乳児)果物** **牛乳**	3日 **パンの日** クリームロール フランスパン アンパン 17日 **茹で枝豆 トマト** 枝豆10 トマト1/8 **乾パン** **ヨーグルト** **お茶**	**じゃがいもパンケーキ** じゃが芋15、小麦粉15 BP0．4、三温糖4 ヨーグルト10、卵6 牛乳3 **果物** **牛乳**	**あじさいゼリー** りんごジュース ぶどうジュース 寒天、三温糖 **牛乳**	**サンドイッチ** 玄米パン、ロースハム きゅうり マヨネーズ **(乳児)ロールパン** **果物** **牛乳**	**ポン菓子** **ねじりん棒** **乳児)ミレービスケット** **乳児)果物** **幼児) ゼリー** **お茶**	**こんがりかぼちゃ** かぼちゃ 70 塩 油 **果物** **牛乳**	10日 **茹で枝豆 トマト** 枝豆 10 トマト1/8 **乾パン** **ヨーグルト** 24日 ***リクエストメニュー*** **プレーンクッキー** 小麦粉、三温糖 卵、無塩バター **果物** **お茶又は牛乳**	**かぼちゃの蒸しパン** 小麦粉20、BP0．8、 かぼちゃ10、三温糖7、 油3、水 **果物** **牛乳**	**おにぎり** 七分つき米、グリーンピース ツナ缶、醤油、みりん だし汁 **果物** **お茶**	**青のりラスク** 食パン バター、青のり、グラニュー糖 **果物** **牛乳**	**星せんべい** **ミレービスケット** **乳児)かぼちゃボーロ** **乳児)果物** **幼児)ゼリー** **お茶**
延長	**動物ビスケット**	**ねじりん棒**	**きゅうりスティック** **ヨーグルト**	**いなかパン**	**星せんべい** **おしゃぶり昆布**		**クラッカー**	**茹で枝豆** **棒チーズ**	**ゼリー** **野菜スティック**	**芋けんぴ**	**ミレービスケット**	

昼食の エネルギー摂取量です

主な使用食材の産地

白米	京都府	鶏肉	兵庫県・和歌山県・岡山県	玉ネギ	兵庫県	きゅうり	京都府
七分つき米	徳島県	豚肉	九州	キャベツ		ネギ	
お茶の葉	京都府	卵	京都府・鹿児島県	人参	長崎県	にんにく	
かつお節	鹿児島県	カツオ	鹿児島県	グリーンピース	和歌山県	トマト	奈良県
だし昆布	北海道	サワラ	長崎県	切り干し大根	宮崎県	オクラ	熊本県
スルメ				あらめ	三重県	かぼちゃ	
だしじゃこ	京都府	しらす干し	宮崎県	スナップエンドウ	大分県	メロン	
		しょうが	高知県	グリーンアスパラ	徳島県・広島県	すいか	長崎県・鳥取県
大豆	富山県	ピーマン		なす	高知県・徳島県	晩柑	熊本県
小豆	京都府	ニラ		キヌサヤ	高知県・愛媛県	りんごジュース	長野県

☆予定献立表のため、献立内容が変更になる場合があります。

☆その時の乳児クラスは、咀嚼や嗜好のことも考慮して、食べやすいおやつにしています。
おやつの内容は、当日の給食メッセージに記載しますのでご覧下さい。