

<2025年11月 予定献立表 >

☆お弁当の日は19日(水)です。おやつは石焼き芋です。

2025年10月24日発行 たかつかさ保育園給食室

(単位:g)

きりん・ぞう組
箸スプーンの日

くま組
箸スプーンの日

	1・15・29(土)	4(火)・17(月)	5(水)・18(火)	6・20(木)	7・21(金)	8・22(土)	10(月)・28(金)	11・25(火)	12・26(水)	13・27(木)	14(金)
昼食	パン フランスパン 30 冬野菜のスープ 鶏肉 30 玉ネギ 20 人参 10 かぶ 15 かぶの葉 5 じゃが芋 20 カリフラワー 10 ブロッコリー 10 炒め油 1 中華スープ 1 塩 0.1 醤油 2 果物 りんご 30	麻婆丼 七分つき米 40～50 豚ミンチ 30 豆腐 50 玉ネギ 30 人参 20 白ネギ 3 炒め油 1 しょうが 1 にんにく 少々 酒 1 三温糖 1 八丁味噌 4 醤油 1 みりん 1 片栗粉 澄まし汁 キャベツ 10 干しワカメ 0.2 白ごま 0.5 出し汁 塩 0.2 醤油 2	ご飯 七分つき米 40～50 山賊焼き 手羽中 1本 しょうが 少々 にんにく 少々 醤油 (300) ゴマ油(300) 根菜サラダ 大根 10 さつま芋 15 人参 15 れんこん 10 スモークチキン 10 マヨネーズ 4 醤油 少々 酢 少々 味噌汁 かぶ 20 かぶの葉 3 油揚げ 5 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米 40～50 焼き魚 サバ 塩 酒 しょうが汁 野菜の煮付け さつま芋 35 人参 15 れんこん 15 ブロッコリー 15 醤油 2.5 みりん 1 三温糖 1 出し汁 澄まし汁 ネギ 2 かんぴょう 2 とろろ昆布 0.2 塩 0.2 醤油 2 出し汁	7日 栗ご飯 七分つき米 40～50 栗(自家製) 21日 ご飯 七分つき米 40～50 白ゴマ 1 鶏肉と里芋の甘辛煮 鶏肉 30 里芋 35 人参 10 白ネギ 3 糸こんにゃく 10 小松菜 5 炒め油 1 三温糖 1.5 醤油(濃・薄) 4 みりん 0.5 出し汁 酢れんこん れんこん 30 酢 5 三温糖 2 醤油 1 味噌汁 高野豆腐 2 春菊 3 味噌 6 出し汁	きつねうどん 乾麺 30～50 油揚げ 30 麩 1 玉ネギ 10 人参 10 ネギ 2 出し汁 醤油 5 みりん 4 果物 柿 又は みかん 30	ハヤシライス 七分つき米 50 豚肉 40 人参 15 玉ネギ 40 ブロッコリー 15 じゃが芋 20 炒め油 1 しょうが 少々 にんにく 少々 ローリエ 三温糖 0.5 塩 0.2 トマトジュース 20 トマトピューレ5 ケチャップ 5 ソース 5 醤油 0.5 米粉 2 ヨーグルト	梅干しご飯 七分つき米 40～50 梅干し おでん 大根 50～60 人参 20～30 こんにゃく 20～30 手羽中 1本 ブロッコリー 15 出し汁 三温糖 醤油(濃・薄) みりん 味噌汁 玉ネギ 20 じゃが芋 20 味噌 6 出し汁	納豆ご飯 七分つき米 40～50 ひきわり納豆 20 きんぴらおかから おかから 15 ごぼう 10 れんこん 10 こんにゃく 5 炒め油 1 三温糖 1 醤油 3 みりん 2 出し汁 ササミの中華和え ササミ 20 人参 12 ブロッコリー 12 酢 1.5 三温糖 0.5 醤油 1.5 ゴマ油 0.8 かきたま汁 卵 20 ほうれん草 5 塩 0.2 醤油 2 出し汁	ご飯 七分つき米 40～50 サワラのごま味噌焼き サワラ 40 白ごま 2 酒 1 みりん 1 三温糖 1 味噌 3 根菜の煮物 大根 30 人参 20 れんこん15 小松菜 5 醤油 2.5 みりん 1 三温糖 1 出し汁 澄まし汁 麩 2 干しワカメ 0.2 切り干し大根 1 塩0.2 醤油 2 出し汁	秋の行事食 秋のちらし寿司 白米 50 塩・酒・昆布 酢 7 三温糖 3 塩 0.2 サケ 15 れんこん 10 かんぴょう 1 のり 金時豆の甘煮 金時豆 20 三温糖 10 豚汁 豚肉 25 白菜 10 ごぼう 5 大根 10 里芋 20 味噌 6 出し汁
乳児	237Kcal	316Kcal	342Kcal	287Kcal	244Kcal	226Kcal	297Kcal	215Kcal	214Kcal	241Kcal	315Kcal
幼児	293Kcal	376Kcal	427Kcal	359Kcal	305Kcal	283Kcal	371Kcal	269Kcal	267Kcal	301Kcal	394Kcal
おやつ	ボン菓子 ねじりん棒 (乳児) 野菜スティック (乳児) 果物 (幼児)ゼリー お茶	パンの日 いなかなパン ソフトバター アンパン 果物 牛乳	きなこせんべい 又は 星せんべい 又は ミレービスケット ヨーグルト 果物 お茶	6日 おかかおにぎり 七分つき米 40 花かつお 0.3 濃口醤油 0.7 白ゴマ 20日 リクエストメニュー ココアケーキ 小麦粉、三温糖、卵、牛乳 無塩バター、B.P.、ココア 生クリーム (ひよこ・やぎ組) おにぎり 七分つき米、ゆかり、塩 果物 牛乳又はお茶	きな粉マカロニ マカロニ 20 きな粉3 三温糖2 果物 牛乳	星せんべい 芋けんぴ (乳児) かぼちゃポーロ (乳児) 果物 (幼児)ゼリー お茶	10日 リクエストメニュー フレーンケーキ 小麦粉、三温糖、卵、牛乳 B.P.、無塩バター 生クリーム 28日 リクエストメニュー ポップコーン とうもろこし、塩、油 (ひよこ・やぎ組) フランスパン 果物 牛乳	11日 ゆかりおにぎり 七分つき米 40 ゆかり、塩 25日 焼き芋 さつまいも80 棒チーズ 果物 お茶又は牛乳	12日 リクエストメニュー こんがりポテト じゃがいも 80 塩、油 26日 おにぎりやさん (乳児)青のおにぎり 七分つき米、白ゴマ、塩 果物 牛乳又はお茶	13日 焼き芋 さつま芋 80 棒チーズ 27日 リクエストメニュー ココアクッキー 小麦粉、三温糖、卵 無塩バター、ココア (乳児)フレーンクッキー 小麦粉、三温糖、卵 無塩バター 果物 牛乳	柿ケーキ 小麦粉、三温糖 無塩バター、B.P. 牛乳、卵、柿 果物 牛乳
延長		ミレービスケット みかん	ねじりん棒 おしゃぶり昆布	きな粉せんべい	棒チーズ クラッカー		野菜スティック	クリームロール	かぼちゃポーロ	星せんべい	ヨーグルト 茹で野菜

主な食材の原産地							
白米	京都府・滋賀県	サワラ	長崎県	小松菜	京都府	大根	北海道・石川県
七分つき米	京都府・徳島県	タコ	モロッコ	ホウレン草		さつま芋	徳島県
お茶の葉	京都府	サケ	ノルウェー	ネギ		れんこん	
かつお節	鹿児島県	鶏肉	兵庫県	かぶ		里芋	愛媛県
昆布	北海道	豚肉	九州	じゃが芋	北海道	切り干し大根	宮崎県
りんごジュース	長野県	卵	京都府・鹿児島県	人参		ごぼう	
だしじゃこ	京都府	黒豆	京都府	玉ねぎ		キャベツ	長野県
イカ	石川県	大豆	滋賀県・富山県	金時豆		白菜	滋賀県
にんにく	京都府	干しワカメ	徳島県	ブロッコリー	徳島県	りんご	長野県
しょうが	高知県	しらす干し	宮崎県	かんぴょう	奈良県	柿	奈良県
						みかん	和歌山県・熊本県

☆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。

☆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。

☆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。

☆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ください。