

＜ 2023年6月 予定献立表

★お弁当の日は、21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(2023年5月25日発行)

きりん組
箸・スプーンの日

くま組
箸・スプーンの日

ぞう組
箸・スプーンの日

(単位:g)

	6月1・15・29(木)	2・16・30(金)	3・17(土)	5・19(月)	6・20(火)	7(水)	8・22(木)	9・23(金)	10・24(土)	12・26(月)	13・27(火)	14・28(水)
昼食	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 屋敷の エネルギー摂取量です	生姜焼き丼 七分つき米 40~50 豚肉 50 玉ねぎ 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)	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	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 塩 少々 醤油1 みりん 0.3 菜種油 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	ご飯 七分つき米35~45 豚肉とかぼちゃの 炒め煮 豚肉 30~40 玉ねぎ 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 玉ねぎ 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 麩 2 モロヘイヤ 2 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米 40~45 照り焼き ハモ 40~50 酒 醤油 みりん ヤギ組 サクラ 1切れ 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 味噌汁 豆腐 20 じゃがいも 15 干しワカメ 0.2 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米40~45 白ごま 1 高野豆腐の トマト煮 高野豆腐 5 鶏肉 40 玉ねぎ 30 小松菜 10 トマト 30 出し汁 塩 0.2 醤油 1 味噌汁 なす 15 切り干し大根 2 味噌 6 出し汁	ミーツスパゲティ スパゲティ 40 豚ミンチ 30 玉ねぎ 20 人参 10 ピーマン 5 オリーブオイル にんにく 塩 0.2 赤ワイン 少々 米粉 トマトp 6 ケチャップ 6 ソース 1 醤油 0.5 三温糖 0.2 (添え) きゅうり 30 澄まし汁 キャベツ 5 高野豆腐 2 人参 5 出し汁 塩 0.1 醤油 2	ハヤシライス 七分つき米 50 豚肉 30 人参 20 玉ねぎ 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 焼き魚 カツオ 40~50 酒 1 しょうが汁 0.5 味噌 2 みりん 0.5 醤油 0.3 あらめの煮物 あらめ 3 油揚げ 10 ローリエ 人参 10 出し汁 三温糖 1 醤油 2.5 みりん 1 (添え) スナックえんどう 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40~45 酢豚 豚肉(角切り) 30 しょうが 1 醤油 1.5 人参 20 玉ねぎ 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 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 だし汁 塩 0.2 醤油 2
乳児	264kcal	302kcal	212kcal	247kcal	282kcal	258kcal	268kcal	233kcal	235kcal	311kcal	256kcal	252kcal
幼児	309kcal	340kcal	290kcal	322kcal	337kcal	311kcal	310kcal	282kcal	285kcal	407kcal	326kcal	270kcal
おやつ	1日・29日 幼児) せんべい チューベット 乳児) きな粉せんべい 果物 15日 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 お茶	2日・16日 蒸しパン 小麦粉20、BPO. 8、黒豆5 かぼちゃ10、三温糖7、 なたね油3、水 30日 おにぎり 七分つき米40 青のり、白ごま、塩 果物 牛乳又はお茶	星せんべい 芋けんぴ 乳児) 野菜パー 乳児) 果物 幼児) ゼリー お茶	茹で枝豆 枝豆 10 トマト トマト 1/8 乾パン ヨーグルト お茶	パンの日 フランスパン アンパン クリームロール 果物 牛乳	こんがりかぼちゃ かぼちゃ 70 塩 油 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	ラスク 食パン バター、青のり、グラニュー糖 乳児) トースト 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	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) トースト 果物 牛乳	星せんべい 乳児) かぼちゃポーロ 果物 牛乳	14日 リクエストメニュー ココアクッキー 小麦粉、卵、ココア 三温糖、無塩バター 乳児) プレーンクッキー-28日 リクエストメニュー たかつかさパフェ ケーキ、グラッカー、生クリーム 動物ビスケット、アイスクリーム スイカ 乳児) 蒸しパン 果物 お茶又は牛乳
延長	ミレービスケット 芋けんぴ	マレービスケット ヨーグルト		星せんべい おしゃぶり昆布	ねじりん棒 芋けんぴ	星せんべい 動物ビスケット	きゅうりスティック いなかパン	ヨーグルト かぼちゃポーロ		棒チーズ クラッカー	茹で枝豆 ヨーグルト	ゼリー 野菜パー

主な使用食材の産地

白米	京都府	鶏肉	兵庫県	玉ねぎ	兵庫県	きゅうり	京都府
七分つき米	徳島県	豚肉	奈良県	キャベツ		ネギ	
お茶の葉	京都府	卵	京都府・岡山県	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	ハモ	徳島県	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	スナックエンドウ	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ください。