

〈2023年9月 予定献立表〉

★お弁当の日は20日です。おやつは、おはぎ・きな粉おにぎりです。



★9月1日は防災の日です。保育園では、1、5、15、19日のおやつに備蓄食品を使います。

たかつかさ保育園給食室 2023年8月25日発行

(単位:g)

	9月1・15(金)	2・16(土)	4(月)	5・19(火)	6(水)・21(木)	7(木)・22(金)	8・29(金)	9・30(土)	11・25(月)	12・26(火)	13・27(水)	14・28(木)
昼食	他人丼 七分つき米 40~50 豚肉 40 人参 20 玉ねぎ 30 白ネギ 5 卵 30 炒め油 1 しょうが 少々 酒 少々 三温糖 0.5 醤油(濃・薄)5 みりん 2 具だくさん汁 さつま芋 20 冬瓜 20 油揚げ 8 ねぎ 2 切り干し大根 1 味噌 6 出し汁	ジャーチャー麺 中華麺 1/2玉 (やぎ組 素麺25) 豚ミンチ 20 玉ねぎ 20 人参 5 なす 25 炒め油 1 しょうが 少々 にんにく 少々 酒 少々 三温糖 1 八丁味噌 3 醤油(濃) 2 みりん 1 片栗粉 2 ゴマ油 きゅうりスティック きゅうり 20 果物 梨 30~50	ご飯 七分つき米 35~45 白ゴマ 1 イカの味噌炒め イカ 20 鶏肉 30 厚揚げ 15 人参 20 玉ねぎ 30 オクラ 10 干し椎茸 0.1 炒め油 1 しょうが・にんにく 酒 少々 味噌 3 三温糖 0.8 醤油(濃)1.5 (添) トマト 30 澄まし汁 高野豆腐 3 ほうれん草 3 塩 0.1 醤油 2 出し汁	パン 玄米パン 30~40 れんこんバーグ 鶏ミンチ 40 玉ねぎ 5 れんこん 10 塩 0.1 醤油 1 パン粉 5 みりん 1 おからサラダ おから 30 きゅうり 10 人参 20 ピーマン 5 ツナ缶 7 マヨネーズ 4 塩 少々 酢 少々 スープ 小松菜 8 干しわかめ 0.2 ロースハム 5 ブイヨン 1 醤油 2 塩 0.1 やぎ・うさぎ組は ロースハム抜き 澄まし汁	ご飯 七分つき米 35~45 焼き魚 さんま又は かつお 40~50 酒 塩 しょうが汁 きんぴら ごぼう 15 人参 20 ピーマン 5 糸こんにゃく 10 炒め油 2 塩 0.1 三温糖 1 醤油(濃・薄) 2.5 みりん 1 澄まし汁 板麩 1 モロヘイヤ 3 塩 0.1 醤油 2 出し汁	ご飯 七分つき米 35~45 切り干し大根の煮つけ 鶏肉 30 人参 5 干し椎茸 0.1 油揚げ 10 炒め油 1 酒 少々 三温糖 2 醤油 4 酢の物 人参 10 きゅうり 15 干しわかめ 0.2 醤油 1 三温糖 2 酢 5 味噌汁 かぼちゃ 20 玉ねぎ 10 味噌 6 出し汁	納豆ご飯 七分つき米 40~45 納豆 15 肉じゃが 豚肉 40 じゃがいも 60 玉ねぎ 30 人参 20 糸こんにゃく 10 白ネギ 4 炒め油 2 酒 1 三温糖 2.5 醤油(濃・薄) 6 澄まし汁 麩 2 ほうれん草 5 塩 0.1 醤油 2 出し汁	和風ツナスパゲティ スパゲティ 30~45 ツナ缶 20 玉ねぎ 20 にんじん 8 ピーマン 5 油 2 (薄)しょうゆ 3 塩 0.2 きゅうりスティック きゅうり 20 澄まし汁 麩 2 キャベツ 5 塩 0.1 醤油 2 出し汁	カレーライス 七分つき米 40~50 鶏肉 30 玉ねぎ 30 なす 20 ピーマン 4 赤ピーマン 4 かぼちゃ 30 炒め油 2 しょうが・にんにく 塩 0.2 三温糖 0.5 トマトP 5 ケチャップ 5 ソース 2 醤油 1 ローリエ カレー粉 0.3 米粉 2 やぎ・うさぎ組は ハヤシライス ヨーグルト 1個	ご飯 七分つき米 35~45 梅焼き 鶏肉 40~50 梅干し 2 梅酢 0.5 酒 1 醤油(薄) 1.5 みりん 0.5 ツナ和え 人参 10 きゅうり 15 大根 15 ツナ缶 5 醤油 2 三温糖 0.5 味噌汁 なす 20 油揚げ 8 味噌 6 出し汁	ゆかりご飯 七分つき米 35~45 ゆかり しらす干し 1 あらめの煮物 あらめ 4 鶏肉 25 油揚げ 10 人参 5 出し汁 酒 少々 三温糖 1.5 醤油 3.5 みりん 2 小町和え なす 15 きゅうり 15 大根 1 ごま 1 醤油 1.5 みりん 2 塩 少々 味噌汁 さつま芋 20 玉ねぎ 10 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米 35~45 焼き魚 さバ 30~40 または さんま 酒 塩 しょうが汁 根菜の煮つけ 大根 30 人参 20 さつま芋 40 出し汁 三温糖 1 醤油 2.5 みりん 1 澄まし汁 豆腐 30 干しわかめ 0.2 青ネギ 1 塩 0.1 醤油 2 出し汁
乳児	315Kcal	157Kcal	282Kcal	234Kcal	252kcal	252kcal	300kcal	201kcal	306kcal	302Kcal	298Kcal	270kcal
幼児	399kcal	193kcal	353kcal	255Kcal	311kcal	315kcal	347kcal	233kcal	382Kcal	377kcal	370Kcal	337kcal
おやつ	備蓄食品 梅干しおにぎり α米、梅干し 果物 お茶	ポン菓子 ミレービスケット 乳児) 野菜スティック (乳児) 果物 (幼児)ゼリー お茶	自家製ジャムケーキ 小麦粉、三温糖 無塩バター、 B.P.、卵 自家製ジャム 牛乳	備蓄食品 乾パン ハーベスト ヨーグルト 果物 お茶	さつま芋の蒸しパン 小麦粉 20 三温糖 6 B.P.0.8 油 2 さつま芋 20 果物 牛乳	7日 チーズトースト 食パン とろけるチーズ 22日 リクエストメニュー ジャムサンドパン 食パン 自家製ジャム 果物 牛乳	8日 ジャムサンドクラッカー クラッカー 自家製ジャム 29日 リクエストメニュー リンゴジュースゼリー リンゴジュースゼリー 三温糖、パールアガー 果物 牛乳	きな粉せんべい ねじりん棒 乳児) かぼちゃポーロ (乳児) 果物 (幼児)ゼリー お茶	焼き芋 さつま芋 50~80 果物 牛乳	パンの日 いなかパン クリームロール ロールパン 果物 牛乳	きな粉マカロニ マカロニ20 きな粉3 三温糖2 果物 牛乳	せんべい 乳児) 星せんべい (乳児) 果物 (幼児) チューベット 牛乳
延長	ねじりん棒 動物ビスケット		星せんべい かぼちゃポーロ	ポン菓子 みかん	ゼリー ミレービスケット	クラッカー ヨーグルト	マレービスケット 棒チーズ		きゅうり、トマト 食パン	みかん せんべい	ミレービスケット 棒チーズ	芋けんぴ おしゃぶり昆布

白米	京都府・滋賀県	豚肉	九州	きゅうり		ピーマン	高知県
七分つき米	京都府・徳島県	鶏肉	兵庫県	トマト		オクラ	熊本県・京都府
		卵	京都府・宮崎県	ねぎ	京都府	かぼちゃ	石川県・熊本県
お茶の葉	京都府	いか	石川県	ほうれん草		玉ねぎ	兵庫県
にんにく		サバ	京都府	なす		ごぼう	鹿児島県・宮崎県
かつお節	鹿児島県	しらす干し	徳島県	枝豆		冬瓜	岡山県
リンゴジュース	長野県	しょうが		小豆		じゃがいも	長崎県
だしじゃこ	京都府	ニラ	高知県	人参	長崎県	さつま芋	徳島県
するめ	北海道	赤ピーマン		大根		みかん類	和歌山県・愛媛県
昆布		あらめ	三重県	切干大根	宮崎県	梨	鳥取県・京都府
干しわかめ	徳島県						

☆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。