＜　２０２３年１２月　予定献立表 ＞

☆お弁当の日は28日(木)です。

〔 たかつかさ保育園給食室 2023年11月24日発行 〕

（単位:g）

くま・きりん組
箸・スプーンの日

ぞう組
箸・スプーンの日

	１２月１・１５（金）	２・９・２３（土）	４・１８（月）	５・１９（火）	６・２０（水）	７・２１（木）	８・２２（金）	１１・２５(月)	１２・２６（火）	１３（水）	１４（木）	１６（土）	２７（水）	２８（木）
昼食	ご飯 七分つき米40～50 松風焼き 鶏ミンチ 40 玉ネギ 10 ごぼう 5 パン粉 3 卵 7 三温糖 1 味噌 3 醤油 1 白ゴマ 1 煮浸し 水菜 15 白菜 20 金時人参 10 油揚げ 10 出し汁 三温糖 1．5 醤油 2．5 みりん 1 **ヒヨコ・ヤギ組 水菜→小松菜** 澄まし汁 麩 2 干しワカメ 0．2 出し汁 塩 0．2 醤油 2	ちゃんこうどん （醤油味） 乾麺 40～50 鶏肉 30 油揚げ 10 人参 10 玉ネギ 10 キャベツ 15 小松菜 5 出し汁 醤油 5 みりん 4 果物 りんご 30～50	ご飯 七分つき米 40～50 白ゴマ 八宝菜 豚肉 20 イカ 15 白菜 60 人参 15 玉ネギ 15 干し椎茸 0．5 白ネギ 3 ブロッコリー 10 ゴマ油 2 しょうが 酒 塩 0．1 三温糖 1．5 醤油(濃・淡) 4 みりん 2．5 片栗粉 2 澄まし汁 大根 15 ネギ 1．5 干しワカメ だし汁 塩 0．2 醤油 2	ご飯 七分つき米40～50 サバのカレー焼き サバ 1切れ 塩0．1 カレー粉1 **ひよこ・やぎ組 照り焼き** 煮付け 人参 20 さつま芋 30 こんにゃく 15 ブロッコリー 10 出し汁 20 三温糖 1 醤油 2．5 味噌汁 白菜 10 油揚げ 5 かんぴょう 1 ねぎ 1 味噌 6 出し汁	納豆ご飯 七分つき米40～50 納豆 15 ゴマ味噌炒め 豚肉 30 大根 30 春雨 3 春菊 5 炒め油(ゴマ油)1 酒 少々 しょうが 1 塩 少々 味噌 4 みりん 3 白ゴマ 1 甘酢和え かぶ 15 赤かぶ 10 れんこん 10 酢 4 三温糖 1．8 塩 0．2 澄まし汁 切り干し大根 1 ほうれん草 3 高野豆腐 2 塩 0 2 醤油 2 出し汁	他人丼 七分つき米50～60 豚肉 35 玉ネギ 30 人参 20 干し椎茸 0．5 白ネギ 3 ブロッコリー 10 卵 30 出し汁 三温糖 2 醤油(濃・薄)5 みりん 3 味噌汁 里芋 20 厚揚げ 10 ホウレン草 5 味噌 6 出し汁	パン 玄米パン 40 から揚げ風 鶏肉 40 しょうが 0.1 にんにく 少々 醤油（濃） 1 みりん 0．3 なたね油 2 片栗粉 5 スパゲッティサラダ スパゲッティ しらす干し 3 人参 10 ブロッコリー 10 ツナ缶 8 マヨネーズ 4 醤油 0．8 スープ ソーセージ 10 かぶ 15 かぶの葉 5 中華スープ 1 塩 0．1 醤油 2 **ひよこ・やぎ組 澄まし汁 ソーセージ→麩**	カレーライス 七分つき米 50～60 鶏肉 40 人参 20 玉ネギ 30 じゃが芋 40 白ネギ 5 ブロッコリー 15 炒め油 1 しょうが 1 にんにく 1 塩 0．2 三温糖 0．5 トマトp5 ケチャップ5 ソース 2 米粉 2 カレー粉0．3 **ひよこ・やぎ組 ハヤシライス** ヨーグルト 1個	ご飯 七分つき米40～50 ブリの照り焼き ブリ 1／2～1切れ しょうが汁 1 醤油 みりん 酒 煮付け 丸大根 20 金時人参 20 れんこん 15 ブロッコリー 10 出し汁 三温糖 1 醤油 2．5 みりん 1 味噌汁 じゃが芋 20 玉ねぎ 10 かぶの葉 5 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米40～50 里芋グラタン 鶏ミンチ 20 里芋 30 玉ネギ 13 炒め油 1 塩 0．1 こしょう 少々 小麦粉 2 バター 2 牛乳 25 とろけるチーズ 8 白ワイン 1 ゴマ和え ブロッコリー 15 カリフラワー 15 人参 20 ツナ缶 10 白ゴマ 2 出し汁 三温糖 1 醤油 2 澄まし汁 豆腐 30 春菊 3 出し汁 塩 0．2 醤油 2	ご飯 七分つき米40～50 しらす干し 1 イカ里芋 イカ 20～30 ヒヨコ・ヤギ組 焼き豆腐 30 里芋 40 金時人参 15 出し汁 しょうが 酒 1 三温糖 2 醤油 3 納豆和え ほうれん草 20 白菜 20 人参 10 納豆 10 三温糖 1 醤油 2 出し汁 味噌汁 丸大根 15 玉ネギ 10 味噌 6 出し汁	幼児クラスは すてきな なかま会 ＊持ち帰り給食です！！ ホットドッグ と みかん 当日中に お召し上がりください	年越しうどん 乾麺 30～40 油揚げ 15 麩 1 人参 10 玉ネギ 10 キャベツ 20 出し汁 みりん 4 醤油 5 黒豆と さつま芋の煮物 黒豆 10 さつま芋30～40 三温糖 醤油	お弁当の日 ＊給食室の メンテナンスを行います
乳児	309kcal	318kcal	224kcal	288kcal	238kcal	316kcal	237kcal	339kcal	299kcal	285kcal	295kcal		217kcal	
幼児	375kcal	353kcal	334kcal	308kcal	249kcal	344kcal	243kcal	380kcal	344kcal	318kcal	349kcal		312kcal	
おやつ	1日 ポン菓子 やぎ組）ミレービスケット 15日 チーズトースト 食パン、とろけるチーズ 牛乳 果物	星せんべい 芋けんぴ （乳児）野菜スティック お茶 果物又はゼリー	きなこおにぎり 七分つき米35 きな粉3、三温糖2 牛乳 果物	パンの日 ロールパン いなかパン チョコリッチ 牛乳 果物	焼き芋 さつま芋60～80 棒チーズ 6日 りんごジュース 20日 ホットかりん	7日 焼きそば 中華麺、豚肉、炒め油 キャベツ、塩コショウ 焼きそばソース、ケチャップ やぎ組）じゃがいもチーズ じゃがいも、とろけるチーズ 21日 せんべい （乳児）かぼちゃボーロ 牛乳 果物	8日 せんべい （乳児）かぼちゃボーロ 22日 パウンドケーキ 小麦粉、三温糖 無塩バター、卵 B．P． 牛乳 果物	11日 ジャムパン フランスパン、自家製ジャム 25日 クリスマスケーキ 小麦粉、卵、バター 三温糖、生クリーム、牛乳 B．P．、いちご 牛乳 果物	マリービスケット ヨーグルト お茶 果物	**リクエストメニュー** たかつかさパフェ クラッカー、ケーキ ホイップクリーム、 いちご、アイスクリーム （乳児）蒸しパン お茶又は牛乳 果物	焼き芋 さつま芋 80 棒チーズ りんごジュース		おにぎり 七分つき米、塩 青のり、白ごま お茶 果物	きなこせんべい お茶 果物
延長	ヨーグルト クラッカー		みかん 星せんべい	せんべい おしゃぶり昆布	芋けんぴ ミレービスケット	いなかパン チョコリッチ	ゼリー かぼちゃボーロ	きな粉せんべい みかん	棒チーズ クラッカー	茹で野菜 食パン	ポン菓子 動物ビスケット		棒チーズ マリービスケット	

主な使用食材の産地

白米	徳島県	ブリ	鹿児島県	しょうが	高知県	白菜	滋賀県、岐阜県
七分つき米		イカ	石川県	にんにく	京都府	かんぴょう	奈良県
お茶	京都府	鶏肉	兵庫県	小松菜、ホウレン草		里芋	愛媛県
かつお節	鹿児島県	豚肉	九州	ネギ、かぶ、丸大根		切り干し大根	宮崎県
昆布	北海道	卵	京都府・岡山県	じゃが芋、人参	北海道	長大根	北海道、石川県
りんごジュース	長野県	大豆	京都府・富山県	玉ネギ	兵庫県	キャベツ	愛知県・長野県・滋賀県
しらす干し	宮崎県	黒豆	京都府	水菜	滋賀県	カリフラワー	徳島県
出汁じゃこ	京都府	セリ	三重県	さつま芋	徳島県・京都府	金時人参	香川県
干しワカメ	徳島県	白ネギ	鳥取県	れんこん、ブロッコリー		りんご	長野県
				いちご	福岡県・熊本県	みかん	和歌山県

☆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も記載しますのでご覧下さい。