

< 2024年1月 予定献立表 >

★お弁当の日は1月4日(木)です。

[たかつかさ保育園給食室 2023年12月22日発行]

(単位:g)

	1月4(木)	5(金)	6・20(土)	9・23(火)	10・24(水)	11・25(木)	12・26(金)	13・27(土)	15・29(月)	16・30(火)	17・31(水)	18(木)	19(金)	22(月)
昼食	お弁当日 市場が休業のため食材の入荷が困難となります お弁当の持参をお願いします	年明けうどん 乾麺 40~50 油揚げ 20 麩 2 玉ネギ 10 人参 15 小松菜 5 キャベツ 15 出し汁 醤油 5 みりん 4 黒豆とさつま芋の甘煮 さつま芋 40 黒豆 10	味噌ラーメン 中華麺 70 乾麺 25(ひよこ・やぎ) 豚肉 30 白菜 30 人参 15 ネギ 3 炒め油 1 しょうが少々 味噌 10 塩 0.2 出し汁	ハヤシライス 七分つき米 40~50 豚肉 20 イカ 15 玉ネギ 20 人参 15 じゃが芋 20 れんこん 10 ブロッコリー 15 炒め油 にんにく 少々 しょうが 少々 三温糖 0.3 トマトジュース 20 トマトP 5 トマトケチャップ 5 ソース 2 ローリエ 米粉 2	きりん組 箸・スプーンの日 ご飯 七分つき米 40~50 鶏の照り焼き 鶏もも肉 40~50 酒 1 みりん 1 醤油(濃) 2 煮浸し 小松菜 15 白菜 20 人参 10 油揚げ 10 出し汁 三温糖 1.5 醤油 2.5 みりん 1	ご飯 七分つき米 40~50 ちりめんじゃこ 2 卵焼き 卵 40 ねぎ 3 かんぴょう 1 干し椎茸 1 塩 0.2 醤油 1.2 みりん 1.2 柿なます 大根 25 れんこん 15 柿 10 酢 5 三温糖 2 塩 0.2	ご飯 七分つき米 40~50 照り焼き ぶり 1/2~1切れ しょうが汁 醤油 みりん 煮物 丸大根 30 金時人参 20 ブロッコリー 15 醤油 2.5 三温糖 1 みりん 1 出し汁	たぬきうどん 乾麺 40~50 油揚げ 30 人参 10 玉ねぎ 15 白ネギ 5 出し汁 酒 5 醤油 5 みりん 4 片栗粉	ご飯 七分つき米 40~50 ちりめんじゃこ 2 高野豆腐の卵とじ 鶏肉 25 高野豆腐 7 玉ネギ 20 人参 15 ねぎ 3 卵 25 干し椎茸 0.5 出し汁 三温糖 2 醤油 5 みりん 2.5	納豆ご飯 七分つき米 40~50 納豆 15 丸大根の味噌煮 鶏肉 25 厚揚げ 20 里芋 20 丸大根 60 金時人参 20 出し汁 白味噌 10 味噌 2	ご飯 七分つき米40~50 白ゴマ 1 あらめの煮付け 豚肉 30 油揚げ 10 人参 10 三温糖 1.5 醤油(濃・薄) 3.5 みりん 2 酒 少々 油 少々	ご飯 七分つき米 40~50 焼き魚 サワラ か サバ 煮物 人参 20 さつま芋 20 ブロッコリー 10 出し汁 三温糖 1 みりん 1 醤油 2.5	梅干しご飯 七分つき米 40~50 梅干し 夫婦炊き 焼き豆腐 70 豚肉 50 小松菜 20 人参 15 出し汁 三温糖 3 みりん 2 薄口醤油 6	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)
	果物 みかん	果物 みかん	果物 みかん	ヨーグルト	雑煮風味噌汁 里芋 30 金時人参 10 丸大根 20 セリ 1 白味噌 12 醤油 1 だし汁 かつお節	味噌汁 高野豆腐 2 春菊 3 セリ 1 出し汁	具だくさん味噌汁 じゃが芋 20 ほうれん草 3 油揚げ 5 かんぴょう 1 味噌 6 出し汁	みかん 果物	みかん 果物	味噌汁 じゃが芋 20 白菜 15 味噌 6 出し汁	澄まし汁 とろろ昆布 0.1 ほうれん草 3 塩 0.2 醤油 2 出し汁	味噌汁 れんこん 30 酢 5 三温糖 2 醤油 1 添)ブロッコリー 15	たつきごぼう ごぼう 15 白ゴマ 1 だし汁 酢 5 三温糖 1.5 醤油 1.5	具だくさん汁 豆腐 15 じゃが芋 15 切り干し大根 1 干しワカメ 0.1 出し汁 味噌 6
乳児	279kcal	245kcal	289kcal	286kcal	276kcal	301kcal	315kcal	301kcal	253kcal	278kcal	268kcal	303kcal	302kcal	
幼児	376kcal	306kcal	361kcal	388kcal	345kcal	344kcal	386kcal	376kcal	316kcal	376kcal	382kcal	379kcal	340kcal	
おやつ	芋けんぴ ミレービスケット	おにぎり 七分つき米 青のり、塩	せんべい ねじりん棒 (乳児)野菜スティック	9日 七草粥 白米 クラスの栽培物 塩 23日 ごまめ 5 三温糖 5 醤油(濃) 1.5 酒 2 白ゴマ 2 ねじりん棒	焼き芋 さつま芋 80~100 棒チーズ	パンの日 フランスパン クリームロール いななかパン 果物 ホットココア 又は ホットかりん	磯松風 小麦粉20、BP1 三温糖7、塩 少々 水 20、小豆10	きな粉せんべい 芋けんぴ (乳児)かぼちゃポーロ	15日 小豆粥 白米、塩 小豆 29日 焼き芋 棒チーズ	星せんべい ヨーグルト	ゆずケーキ 小麦粉、三温糖、卵 B.P牛乳、無塩バター 自家製ゆずの甘煮	リクエストメニュー たかつかさパフェ 蒸しパン、アイスクリーム ホイップクリーム、クラッカー 野菜スティック、いちご (乳児)おにぎり 七分つき米35、青のり 白ゴマ	ピザトースト 食パン、とろけるチーズ ソーセージ、玉ねぎ (ひよこ・やぎ組) チーズトースト	リクエストメニュー ポップコーン とうもろこし 塩、油 (ひよこ組)蒸しパン
	果物 お茶	果物 お茶	(乳児)果物 (幼児)ゼリー お茶	果物 お茶	果物 牛乳	果物 ホットココア 又は ホットかりん	果物 牛乳	(乳児)果物 (幼児)ゼリー お茶	果物 お茶又は牛乳	果物 お茶	果物 牛乳	果物 お茶	果物 牛乳	果物 牛乳
延長	野菜スティック	かぼちゃポーロ 芋けんぴ		ボン菓子 おしゃぶり昆布	クラッカー みかん	星せんべい ゼリー	動物ビスケット 芋けんぴ		かぼちゃポーロ 棒チーズ	マリービスケット みかん	ねじりん棒 せんべい	いななかパン 乾パン	ミレービスケット ヨーグルト	きな粉せんべい 棒チーズ



主な使用食材の産地

食材	産地	食材	産地	食材	産地
白米	京都府・滋賀県	しょうが	高知県	小松菜	京都府
七分つき米	京都府・徳島県	干しワカメ	徳島県	ホウレン草	
お茶の葉	京都府	丸大根		ネギ	
かつお節	鹿児島県	小豆		白ネギ	鳥取県
昆布				じゃが芋	北海道
スルメ	北海道	にんにく	京都府	人参	長崎県
		黒豆		玉ねぎ	兵庫県
		かぶ		大根	北海道・石川県
ぶり	長崎県・鹿児島県	白菜	滋賀県・京都府	さつま芋	徳島県
サバ(干し)	京都府	里芋	愛媛県	れんこん	
イカ	石川県	切り干し大根	宮崎県	ブロッコリー	
サワラ	長崎県	セリ	三重県	カリフラワー	
鶏肉	兵庫県	水菜	滋賀県	金時人参	香川県・京都府
豚肉	九州	大豆	滋賀県	みかん	和歌山県・熊本県
卵	京都府・岡山県	かんぴょう	奈良県	りんご	長野県
しらす干し	宮崎県	キャベツ	長野県	ゆず	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。

★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。