

(単位:g)

	1・15 (木)	2・16 (金)	3・17 (土)	5・19 (月)	6・20 (火)	7 (水)・22 (木)	8 (木)・28 (水)	9 (金)・29 (木)	10・24 (土)	13 (火)・26 (月)	14 (水)・27 (火)
きりん組 箸・スプーンの日											
くま・ぞう組 箸・スプーンの日											
昼食	梅干しご飯 七分つき米 35~40 梅干し 五目豆 大豆 10 金時人参 10 ごぼう 8 れんこん 5 こんぶ 0.3 油揚げ 5 出し汁 三温糖 2 醤油 4 ゴマ和え ブロッコリー 20 じゃが芋 20 人参 8 ツナ缶 10 白ゴマ 2 三温糖 0.5 醤油 1.5 出し汁 澄まし汁 豆腐 30 干しワカメ 0.2 出し汁 塩 0.2 醤油 2	鶏肉と豆腐の卵丼 七分つき米 50 鶏肉 25 豆腐 20 人参 20 玉ネギ20 白ネギ 3 卵 30 干しいたけ 0.5 ブロッコリー 10 出し汁 三温糖 2 醤油 5 みりん 5 黒豆・金時豆の甘煮 金時豆 20 (黒豆) 三温糖 10 塩 少々 味噌汁 かんぴょう 1.5 油揚げ 5 春菊 5 味噌 6 出し汁	きつねうどん 乾麺 40~50 油揚げ 15 麩 1 玉ネギ 10 キャベツ 15 人参 10 小松菜 5 ネギ 2 出し汁 醤油 6 みりん 5 みかん 果物	ご飯 七分つき米 35~40 しらす干し 1 鶏じゃが 鶏肉 30 じゃが芋 60 玉ネギ 30 人参 20 白ネギ 5 しらたき 10 ブロッコリー10 炒め油 2 酒 1 三温糖 2.5 醤油(濃) 5 味噌汁 麩 2 ネギ 2 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米 35~40 西京焼き サワラ 1切れ 白みそ 5 酒 1 みりん 0.5 三温糖 0.2 鶏じゃが 鶏肉 30 じゃが芋 60 玉ネギ 30 人参 20 白ネギ 5 しらたき 10 ブロッコリー10 炒め油 2 酒 1 三温糖 2.5 醤油(濃) 5 味噌汁 麩 2 ネギ 2 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米 35~40 白ゴマ 1 ハンバーグ 豚ミンチ 45 鶏ミンチ 15 玉ネギ 10 卵 5 パン粉 2 塩 0.1 こしょう 少々 ナツメグ トマトピューレ 5 三温糖 1 ケチャップ 2 とんかつソース1 醤油 0.5 ごぼうサラダ ごぼう 15 人参 10 スバゲティ 5 ブロッコリー8 マヨネーズ 4 塩0.1 酢 1 醤油 0.5 味噌汁 じゃが芋 30 玉ネギ 10 味噌 6 出し汁	納豆ご飯 七分つき米 35~40 ひきわり納豆 20 梅焼き 手羽中 1本 梅干し 2 梅酢 0.6 みりん 0.3 酒 1 醤油 0.3 煮浸し 水菜 15 白菜 30 人参 10 油揚げ 10 三温糖 1 醤油 2.5 みりん 1 出し汁 かき玉汁 干しワカメ 0.2 セリ 3 卵 20 出し汁 塩 0.2 醤油 2	厚揚げと冬野菜のカレー 七分つき米 40~50 鶏肉 25 厚揚げ 15 金時人参 10 白菜 20 丸大根 20 れんこん 10 ブロッコリー 10 白ネギ 3 炒め油 2 しょうが 1 にんにく 1 ローリエ 塩 0.2 三温糖 0.5 トマトP5 ケチャップ 5 ソース 2 醤油 2 カレー粉 0.3 米粉 2 ヨーグルト	味噌煮込みうどん 乾麺 40~50 豚肉 30 白菜 30 人参 13 玉ねぎ 10 ネギ2 炒め油 1 しょうが しょうが 味噌 10 塩 0.2 出し汁 みかん 果物	パン 玄米パン じゃが芋とマカロニのグラタン 鶏肉 30 玉ネギ 20 人参 10 じゃが芋 20 マカロニ 8 ブロッコリー 15 炒め油 1 塩 0.1 こしょう 少々 バター 2 小麦粉 2 牛乳 30 とろけるチーズ 5 果物 イチゴ スープ 丸大根 19 ウインナー10 小松菜 5 中華スープ 1 塩 0.1 醤油 2 味噌汁 厚揚げ 10 ほうれん草 5 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米 35~40 照り焼き ブリ 1切れ しょうが汁 酒 少々 醤油 2.5 みりん 1 きんぴら ごぼう 10 れんこん10 人参 10 バター 2 小麦粉 2 糸こんにゃく 15 白ゴマ 1 ゴマ油 2 塩 0.1 三温糖1.5 醤油 2.5 酒 少々 出し汁 味噌汁 厚揚げ 10 ほうれん草 5 味噌 6 出し汁
乳児	264kcal	341kcal	269kcal	271kcal	277kcal	334kcal	276kcal	309kcal	245kcal	272kcal	307kcal
幼児	301kcal	398kcal	298kcal	317kcal	313kcal	397kcal	322kcal	350kcal	306kcal	332kcal	352kcal
おやつ	鬼まんじゅう さつま芋、小麦粉 三温糖、B.P. 果物 牛乳	2日 巻き寿司 白米 50、酢7、三温糖3 塩0.3、かんぴょう、人参 高野豆腐、ほうれん草、のり (乳児) おにぎり 白米、かんぴょう、のり 16日 おにぎり 七分つき米35、白ゴマ のり、塩 果物 お茶	ボン菓子 ねじりん棒 (乳児) 野菜スティック (乳児) 果物 (幼児) セリー お茶	オレンジ蒸しパン 小麦粉20、BPO. 8 三温糖5、塩少々 オレンジジュース20 果物 牛乳	パンの日 ソフトバター チョコリッチ いなかなパン 果物 牛乳	焼き芋 さつま芋 80 棒チーズ 果物 牛乳	こんがりポテト じゃがいも 80 塩、油 果物 牛乳	お好み焼き 豚肉10、キャベツ 15、小麦粉15 卵15、とんかつソース、ケチャップ 果物 牛乳	せんべい ミレービスケット (乳児) かぼちゃポーロ (乳児) 果物 (幼児) セリー お茶	星せんべい ヨーグルト 果物 お茶	チキンサンド フランスパン、スモークチキン キャベツ、マヨネーズ (乳児) フランスパン 果物 牛乳
昼食	ねじりん棒	動物ビスケット いちご		きな粉せんべい おしゃぶり昆布	クラッカー 棒チーズ	ミレービスケット	クリームロール	かぼちゃポーロ		ゆで野菜	マリービスケット ヨーグルト

主な使用食材の産地

白米	京都府	さつま芋	徳島県	小松菜	京都府	金時人参	香川県・京都府
七分つき米	京都府	れんこん	滋賀県	ネギ	鳥取県	みかん類	和歌山県・愛媛県
お茶の葉	京都府	ブロッコリー	高知県	白ネギ	京都府・岡山県		
かつお節	鹿児島県	しょうが	徳島県	白菜	愛知県・兵庫県		
昆布	北海道	干しワカメ	京都府・富山県	キャベツ	奈良県		
しらす干し	宮崎県	大豆	京都府	かんぴょう	愛媛県		
サワラ	長崎県・愛媛県	丸大根	京都府	里芋	宮崎県		
タコ	モロッコ	小豆	京都府	切り干し大根	宮崎県		
イカ	石川県	金時豆	北海道	セリ	三重県		
ブリ	長崎県	黒豆	京都府	じゃが芋	北海道		
鶏肉	兵庫県	かぶ	京都府・滋賀県	人参	京都府・長崎県・鳥取県		
豚肉	奈良県	にんにく	京都府	玉ネギ	兵庫県		
卵	京都府・岡山県	ホウレン草	京都府・鳥取県	大根	京都府・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ください。