

< 2024年4月 予定献立表 >

☆お弁当の日は、17日です。おやつはきな粉おにぎりです。

たかつかさ保育園給食室(2024年3月27日発行)

(単位: g)

	1・15 (月)	2・16・30 (火)	3 (水)	4・18 (木)	5・19 (金)	6・20 (土)	8・22 (月)	9・23 (火)	10・24 (水)	11・25 (木)	12・26 (金)	13・27 (土)
昼食	ご飯 七分つき米 40 白ゴマ 1 肉じゃが 豚肉 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 15 炒め油 2 酒 1 三温糖 3 醤油(濃・薄) 6 若竹汁 茹で筍 8 麩 1 干しワカメ 0.2 塩 0.2 醤油 2 出し汁 昼食の栄養量です	納豆ご飯 七分つき米 35~40 ひきわり納豆 15 鶏肉の塩麹焼き 手羽中 1本 しょうが 塩麹 煮浸し かぶ 30~40 人参 15 かぶの葉 20 厚揚げ又は油揚げ 15 出し汁 三温糖 1 醤油 2.5 みりん 2.5 味噌汁 さつまいも 30 ほうれん草 2 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米 35~40 和風ハンバーグ 鶏ミンチ 30 豚ミンチ 25 ネギ 5 しょうが汁 塩 0.1 醤油 1 みりん 0.5 片栗粉 2 サラダ 小松菜 20 人参 5 あらめ 2 ツナ缶 10 マヨネーズ 醤油 1 塩 少々 澄まし汁 豆腐 30 干しワカメ 0.2 塩 0.2 醤油 2 出し汁	ご飯 七分つき米 35~40 切り干し大根の煮物 鶏肉 25 人参 10 切り干し大根 8 油揚げ 10 干し椎茸 0.5 炒め油 1 しょうが 少々 酒 少々 三温糖 0.5 塩 少々 みりん 2.5 醤油 4 ゴマ油(香) 少々 梅酢和え れんこん 10 大根 10 キャベツ 10 ブロッコリー 10 酢 3 なたね油 2 三温糖 少々 塩 0.1 醤油 1 梅酢 0.5 味噌汁 じゃが芋 20 玉ネギ 10 茹で筍 6 出し汁	中華丼 七分つき米 40~50 豚肉 40 干し椎茸 0.5 白菜 50 人参 15 玉ネギ 20 小松菜 5 茹で筍 5 炒め油 1 しょうが 少々 酒 少々 三温糖 0.5 塩 少々 みりん 2.5 醤油 4 ゴマ油(香) 少々 澄まし汁 キャベツ 10 干しワカメ 0.2 白ごま 0.5 塩 0.2 醤油 2 出し汁	ちゃんこうどん 乾麺 30~50 油揚げ 15 豚肉 30 人参 10 白菜 25 白ネギ 2 出し汁 みりん 4 醤油 6 果物 いちご又はデコボン	ハヤシライス 七分つき米 40~50 豚肉 30 玉ネギ 30 人参 20 じゃが芋 20 菜の花 5 ブロッコリー 15 炒め油 2 しょうが 0.3 にんにく 少々 ローリエ トマトジュース 20 トマトP 5 ケチャップ 5 三温糖 0.5 ソース 2 塩 0.2 しょうゆ 1 米粉 ヨーグルト 1カップ	ご飯 七分つき米 35~40 焼き魚 サワラ 1切れ 煮物 さつまいも 30 人参 20 ブロッコリー 10 だし汁 三温糖 1 醤油 2.5 みりん 1 具だくさん汁 玉ネギ 15 油揚げ 5 キャベツ 10 切り干し大根 1 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米 35~40 しらす干し あらめの煮付け あらめ 5 豚肉 30 人参 5 油揚げ 10 炒め油 三温糖 2 醤油 3 みりん 少々 ゴマ味噌和え ツナ缶 10 ホウレン草 15 キャベツ 15 練りゴマ 2 味噌 2 三温糖 1 醤油 1 出し汁 澄まし汁 豆腐 25 干しワカメ 0.2 ネギ 2 塩 0.2 醤油 2 出し汁	ご飯 七分つき米 40 白ゴマ 高野豆腐の卵とじ 鶏肉 25 高野豆腐 7 干し椎茸 0.3 玉ネギ 20 人参 15 みつ葉 2 卵 30 出し汁 三温糖 2 醤油(濃・薄) 6 みりん 2.5 味噌汁 かぶ 20 かぶの葉 2 ほうれん草 2 味噌 6 出し汁	チキンライス 七分つき米 45~50 鶏肉 25 玉ネギ 15 人参 15 菜の花 2 トマトジュース 塩 炒め油 1 塩 0.1 ケチャップ 5 ソース 1 醤油 0.5 果物 いちご スープ 白菜 15 じゃが芋 15 麩 2 ほうれん草 2 中華スープ 1 塩 0.1 醤油 1 ヤギ、ウサギ組 澄まし汁	にゅう麺 素麺 30~40 鶏肉 20 麩 1 油揚げ 20 人参 10 キャベツ 15 玉ネギ 10 ねぎ 2 小松菜 5 出し汁 醤油 5 みりん 4 果物 いちご又はデコボン
乳児	253kcal	331kcal	315kcal	322kcal	267kcal	340kcal	351kcal	298kcal	242kcal	270kcal	250kcal	259kcal
幼児	271kcal	371kcal	355kcal	344kcal	304kcal	400kcal	395kcal	311kcal	261kcal	305kcal	275kcal	277kcal
おやつ	イチゴの蒸しパン 小麦粉 20、B.P.O. 8 いちご 10、三温糖 8 油 5、水 10 牛乳 果物	ポン菓子 野菜スティック ヨーグルト お茶 果物	ホットドック ロールパン キャベツ、ソーセージ ケチャップ (乳児) ロールパン 牛乳 果物	青のりのおにぎり 七分つき米 40 塩、青のり、白ゴマ のり お茶 果物	ゆずケーキ 小麦粉、三温糖、卵 牛乳、BP、無塩バター 牛乳 果物	星せんべい ねじりん棒 (乳児) かぼちゃポーロ お茶 果物又はゼリー	焼き芋 さつまいも 70~80 棒チーズ 牛乳 果物	パンの日 いなかなパン ロールパン ソフトバター 棒チーズ 牛乳 果物	10日 リクエストメニュー ココアケーキ 小麦粉、三温糖、卵 B.P.O.、無塩バター 牛乳、ココア 乳児) 蒸しパン 24日 リクエストメニュー カステラ 小麦粉、卵、三温糖 牛乳 果物	こんがりポテト じゃがいも 80 油 牛乳 果物	マカロニきな粉 マカロニ 20、きな粉 3 三温糖 2 牛乳 果物	きな粉せんべい ミレービスケット (乳児) 野菜スティック お茶 果物又はゼリー
昼長	ミレービスケット	アンパン	ねじりん棒	マレービスケット ヨーグルト	野菜スティック 棒チーズ		動物ビスケット	いちご ヨーグルト	かぼちゃポーロ 棒チーズ	クリームロール	きな粉せんべい おしゃぶり昆布	

主な使用食材の産地

白米	京都府・滋賀県	タイ	長崎県・鹿児島県	しょうが	高知県	人参	長崎県・鹿児島県
七分つき米	京都府・徳島県	サワラ	長崎県・鳥取県	にんにく	京都府	じゃが芋	北海道
お茶の葉(番茶)	京都府			干しワカメ	徳島県	白菜	岡山県
かつお節	鹿児島県	干ししいたけ	京都府			キャベツ	滋賀県 大阪府
昆布	北海道	しらす干し	宮崎県	あらめ	三重県		
		小松菜		白ネギ	鳥取県	りんごジュース	長野県・青森県
だしじゃこ	京都府	ほうれん草		さつまいも	徳島県	みかん	和歌山県
		かぶ	京都府	れんこん		いよかん	愛媛県
鶏肉	兵庫県・和歌山県・岡山県	ネギ		ブロッコリー			
豚肉	九州	菜の花		切干大根	宮崎県	いちご	福岡県・奈良県
卵	京都府 鹿児島県	筍		みつ葉	滋賀県	デコボン・しらぬい	和歌山県 熊本県

☆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、咀嚼や思考のことも考慮して、食べやすいおやつにしています。

毎日の給食メッセージに産地とおやつの詳細を記載するのでご覧ください。