

< 2024年5月 予定献立表 >

★お弁当の日は15日(水)です。おやつは、こいのぼりクッキーです。

くま組
スプーンの日

きりん・ぞう組
箸・スプーンの日

たかつかさ保育園給食室[2024年4月25日発行]

(単位:g)

	1(水)・30(木)	2(木)・20(月)・31(金)	7・21(火)	8・22(水)	9・23(木)	10・24(金)	11・18・25(土)	13・27(月)	14・28(火)	16(木)・29(水)	17(金)
昼食	ご飯 七分つき米35~45 厚揚げの中華風炒め 鶏肉 20 厚揚げ 30 筍 10 玉ネギ 20 キャベツ 20 人参 10 干し椎茸 1 炒め油(ゴマ油)1 しょうが 少々 酒 少々 三温糖 1.5 醤油 2 赤味噌 3 みりん 0.5 片栗粉 少々 澄まし汁 干しワカメ 0.2 小松菜 10 白ごま 0.5 塩 0.2 醤油 2 出し汁	塩麹丼 七分つき米 40~55 豚肉 40 人参 15 玉ネギ 30 キャベツ 30 ネギ 2 炒め油 2 しょうが 少々 にんにく 少々 塩麹 2 味噌汁 切り干し大根 2 油揚げ 3 じゃが芋 20 味噌 6 出し汁	パン 玄米パン 50 照り焼き 鶏肉 40 醤油 2 みりん 1 酒 1 しょうが汁 ポテトサラダ じゃが芋 30 スナップエンドウ 8 グリーンアスパラ 8 人参 5 マヨネーズ 4 塩 0.1 スープ 玉ネギ 10 ソーセージ 10 ほうれん草 2 中華スープ 1 塩 0.1 醤油 2 ヤギ・ウサギ組 ソーセージ・麩 澄まし汁	キーマカレー 七分つき米 40~45 豚ミンチ 50 玉ネギ 30 人参 20 じゃが芋 30 ブロッコリー 15 グリーンピース 3 炒め油 1 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P 5 ケチャップ 5 ソース 2 醤油 2 カレー粉 0.3 米粉 1 ヤギ・ウサギ組 カレー粉抜き ヨーグルト	ご飯 七分つき米30~35 白ごま 1 じゃが芋のそぼろ煮 鶏ミンチ 30 玉ねぎ 20 じゃが芋 50 グリーンピース 3 炒め油 1 酒 少々 しょうが 醤油 3 三温糖 1.5 みりん 1 片栗粉 1 梅酢和え 切り干し大根 4 人参 10 ツナ缶 5 醤油 1 三温糖 1.5 梅酢 1 澄まし汁 とろろ昆布 1.5 きぬさや 2 塩 0.2 醤油 2 出し汁	ご飯 七分つき米 35~45 焼き魚 カツオ 40~50 しょうが汁 酒 少々 醤油 みりん 若竹煮 筍 20 干しわかめ 0.3 出し汁 三温糖 1 みりん 2 醤油 2 茹で野菜 スナップエンドウ 10 (乳児のみ)さつま芋 20 味噌汁 高野豆腐 3 かんぴょう 2 キャベツ 10 出し汁	鶏と油揚げのうどん 乾麺 40~50 油揚げ 20 鶏肉 40 人参 10 玉ネギ 20 小松菜 10 出し汁 みりん 4 醤油 5 果物 デコボン 30~50 味噌汁 干しわかめ 0.2 豆腐 30 味噌 6 出し汁	納豆ご飯 七分つき米 35~45 ひきわり納豆 15 キャベツの卵とじ 鶏肉 35 キャベツ 40 人参 15 玉ネギ 20 グリーンピース 8 三つ葉 3 出し汁 酒 少々 三温糖 2.5 醤油(濃・薄)5 みりん 2 味噌汁 干しわかめ 0.2 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米30~35 焼き魚 サワラ しょうが汁 酒 醤油 みりん 煮物 人参 じゃが芋 ブロッコリー 出し汁 三温糖 1 みりん 1 醤油 2.5 焼れんこん れんこん オリーブオイル 塩 味噌汁 高野豆腐 3 小松菜 5 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米 35~45 ちりめんじゃこ 1 あらめの煮物 あらめ 3 豚肉 20 人参 10 油揚げ 10 炒め油 1 三温糖 2 醤油(濃・薄) 4 みりん 0.5 出し汁 酒 少々 ごま和え 小松菜 15 グリーンアスパラ 5 人参 10 スモークチキン 5 白ごま 2 醤油 2 三温糖 2 出し汁 澄まし汁 ネギ 2 味噌 3 塩0.2 醤油 2 出し汁	春のちらし寿司 白米 40~50 塩0.3 酒 少々 昆布 米酢 7 三温糖 3 塩0.2 しらす干し 2 筍 10 落 2 高野豆腐 2.5 かんぴょう 1 炒り卵 20 のり 0.5 果物 いちご 赤だし汁 油揚げ 8 大根 10 人参 10 さつま芋 15 八丁味噌 4 味噌 3 出し汁
	250kcal 313kcal	258kcal 331kcal	266kcal 333kcal	314kcal 393kcal	314kcal 318kcal	207kcal 259kcal	294kcal 367kcal	311kcal 389kcal	271kcal 339kcal	220kcal 275kcal	270kcal 337kcal
じゃこトースト 食パン、ちりめんじゃこ、とろけるチーズ 果物 牛乳	黒豆蒸しパン 小麦粉、三温糖、BP、油、水 黒豆の甘煮 果物 牛乳	乾パン (乳児) きな粉せんべい 棒チーズ 果物 牛乳	筍ケーキ 小麦粉、三温糖、卵 牛乳、無塩バター、筍 果物 牛乳	筍ご飯のおにぎり 七分つき米 35 筍 5 油揚げ 2 醤油 みりん 出し汁 果物 お茶	リンゴジュースゼリー リンゴジュース パルアガー 三温糖 牛乳	星せんべい 芋けんぴ (乳児) 果物 (幼児) ゼリー お茶	茹で野菜 空豆 15 さつま芋 30 ヨーグルト お茶	パンの日 いななかパン ロールパン クリームロール 果物 牛乳	苳クッキー 小麦粉、三温糖 卵、バター、B.P. 苳 果物 牛乳	こんがりポテト じゃがいも 80 油、塩、青のり 果物 牛乳	
ねじりん棒	きな粉せんべい ヨーグルト	茹で野菜(さつま芋)	マリービスケット	棒チーズ クラッカー	アンパン	/	かぼちゃポーロ	乾パン 棒チーズ	動物ビスケット	星せんべい ゼリー	

昼食の栄養量です

ヤギ・ウサギ組
ソーセージ・麩
澄まし汁

ヤギ・ウサギ組
カレー粉抜き

ヨーグルト



主な使用食材の産地

白米	京都府・滋賀県	カツオ	鹿児島県	ほうれん草	京都府	かんぴょう	奈良県
七分つき米	京都府・徳島県	切り干し大根	宮崎県	小松菜	京都府	デコボン	和歌山県・熊本県
お茶の葉	京都府	あらめ	三重県	ネギ	京都府	イチゴ	佐賀県・福岡県
かつお節	鹿児島県	しょうが	高知県	にんにく	京都府	りんごジュース	奈良県・大分県
だし昆布	北海道	じゃが芋	北海道	筍	大分県	干し椎茸	長野県・青森県
スルメ	北海道	玉ネギ	兵庫県	スナップエンドウ	徳島県		京都府
だしじゃこ	京都府	キャベツ	大阪府	さつま芋	徳島県		
干しワカメ	徳島県	人参	長崎県	三つ葉	熊本県		
		大根	石川県	グリーンアスパラ	徳島県・広島県		
しらす干し	広島県・徳島県	にら	高知県	ブロッコリー	徳島県		
鶏肉	兵庫県・和歌山県・岡山県	空豆	鹿児島県	苳	京都府・大阪府		
豚肉	九州	かぶ	京都府・滋賀県	きぬさや	和歌山県		
卵	京都府・鹿児島県			グリーンピース			

★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。

★乳児は咀嚼や嗜好のことも考慮して、食べやすいものにしてあります。その日のおやつ内容を展示食の給食メッセージに記載しますのでご覧ください。