

(単位:g)

ぞう組
箸・スプーンの日

くま組
スプーンの日

きりん組
箸・スプーンの日

	1・15・29(土)	3・17(月)	4・18(火)	5(水)	6・20(木)	7・21(金)	8・22(土)	10・24(月)	11・25(火)	12・26(水)	13・27(木)	14・28(金)
昼食	冷やし磯きつねうどん 乾麺 40~50 油揚げ 20 三温糖 1.5 醤油(濃)2.5 みりん 1.5 きゅうり 15 干しワカメ 0.3 オクラ 5 トマト 20 出し汁 醤油 4 みりん 3	パン 玄米パン 60 鶏肉のから揚げ風 鶏肉 40~50 しょうが 0.1 にんにく 少々 醤油1 みりん 0.3 菜種油 2 片栗粉 5 カミカミサラダ きゅうり 20 人参 10 切り干し大根 3 するめ 2 マヨネーズ 4 酢 1 醤油 1 スープ 冬瓜 20 油揚げ 5 小松菜 5 中華スープ 1 塩 0.1 醤油 2	ご飯 七分つき米35~45 豚肉とかぼちゃの 炒め煮 豚肉 30~40 玉ネギ 15 かぼちゃ 30 炒め油(ゴマ油) 1 しょうが 少々 酒 少々 醤油(濃) 3 三温糖 1.5 みりん 1 涼伴三絲 春雨 8 きゅうり 10 干しワカメ 0.3 ツナ缶 5 酢 5 三温糖 2 醤油 1 味噌汁 豆腐 30 オクラ 10 塩 0.2 醤油 2 出し汁	納豆ご飯 七分つき米 40~45 納豆 15 ぎせい豆腐 鶏ミンチ 10 厚揚げ 15 玉ネギ 12 ねぎ 2 卵 25 三温糖 1 醤油 2 塩 少々 だし汁 きんぴら ピーマン 15 人参 15 しらす干し 7 ゴマ油 1 醤油 0.2 塩 少々 味噌汁 麩 2 モロヘイヤ 2 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米 40~45 焼き魚 サワラ 40~50 酒 醤油 みりん しょうが汁 煮物 なす 20 人参 20 かぼちゃ 40 出し汁 三温糖 1.5 醤油 2.5 みりん 0.5 味噌汁 なす 15 切り干し大根 2 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米40~45 白ごま 1 高野豆腐の トマト煮 高野豆腐 5 鶏肉 40 玉ネギ 30 小松菜 10 トマト 30 出し汁 塩 0.2 醤油 1 味噌汁 なす 15 切り干し大根 2 味噌 6 出し汁	ミートスパゲティ スパゲティ 40 豚ミンチ 30 玉ネギ 20 人参 10 ピーマン 5 オリーブオイル にんにく 塩 0.2 赤ワイン 少々 米粉 トマトp 6 ケチャップ 6 ソース 1 醤油 0.5 三温糖 0.2 (添え) きゅうりスティック キャベツ 5 高野豆腐 2 人参 5 出し汁 塩 0.1 醤油 2	ハヤシライス 七分つき米 50 豚肉 30 人参 20 玉ネギ 30 じゃが芋 40 グリーンアスパラ 10 トマト 20 炒め油 1 しょうが 1 にんにく 少々 塩 0.2 トマトピューレ 5 ケチャップ 5 トマトジュース 20 ソース2 醤油(濃) 1 ローリエ 三温糖 0.5 米粉 2 (添え) きゅうりスティック ヨーグルト	ご飯 七分つき米 40~45 焼き魚 イサキ又はカツオ しょうが汁 0.5 酒 1 味噌 2 みりん 0.5 醤油 0.3 あらめの煮物 あらめ 3 油揚げ 10 人参 10 出し汁 三温糖 1 醤油 2.5 みりん 1 (添え) スナップえんどう 10 味噌汁 切り干し大根 1 かぼちゃ 15 ねぎ 1 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米40~45 豚肉(角切り) 30 酢豚 しょうが 1 醤油 1.5 人参 20 玉ネギ 30 ピーマン 10 干し椎茸 1 炒め油 2 しょうが 1 酒 少々 塩 0.1 三温糖 0.5 醤油 3 ケチャップ 3 みりん 2 酢 1.5 片栗粉 2 トマトの かきたま汁 卵 15 トマト 10 きぬさや 5 出し汁 塩 0.2 醤油 2	ご飯 七分つき米35~45 しらす干し 1 手羽中と大豆の 酢醤油煮 手羽中 1本 大豆 4 酒 1 にんにく しょうが 酢 5 三温糖 3 醤油(濃・淡)5 水 5 ゴマ和え グリーンアスパラ 8 人参 10 キャベツ 15 ツナ缶 10 白ゴマ 2 三温糖 0.8 醤油 1.5 出し汁 味噌汁 麩 2 モロヘイヤ 3 塩 0.2 醤油 2 出し汁	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	メロン又は すいか											
エネルギー摂取量	205 kcal	301 kcal	254 kcal	268 kcal	236 kcal	254 kcal	343 kcal	286 kcal	226 kcal	207 kcal	322 kcal	258 kcal
幼児	256 kcal	376 kcal	318 kcal	335 kcal	295 kcal	318 kcal	429 kcal	357 kcal	282 kcal	259 kcal	403 kcal	322 kcal
おやつ	ボン菓子 ミレービスケット 乳児) かぼちゃポーロ 乳児) 果物 幼児) ゼリー お茶	茹で枝豆 枝豆 10 トマト トマト 1/8 乾パン ヨーグルト お茶	きな粉せんべい 幼児) チューベット 乳児) 果物 牛乳	あじさいゼリー りんごジュース ぶどうジュース 寒天、三温糖	蒸しパン 小麦粉20、BP0.8、金時豆5 かぼちゃ10、三温糖7、 なたね油3、水	サンドイッチ 玄米パン、ロースハム きゅうり マヨネーズ 乳児) トースト	ボン菓子 ねじりん棒 乳児) ミレービスケット 乳児) 果物 幼児) ゼリー お茶	おにぎり 七分つき米、グリーンピース ツナ缶、醤油、みりん だし汁 乳児) 果物 お茶	11日 パンの日 フランスパン アンパン クリームロール 25日 リクエストメニュー たかつかさパフェ 蒸しパン、クラッカー 動物ビスケット、アイスクリーム メロン、ホイップクリーム (乳児) 蒸しパン 牛乳又はお茶	じゃがいもパンケーキ じゃが芋15、小麦粉15 BP0.4、三温糖4 ヨーグルト10、卵6 牛乳 3 果物 牛乳	ラスク 食パン バター、青のり、グラニュー糖 果物 牛乳	星せんべい 乳児) かぼちゃポーロ 棒チーズ 果物 牛乳
延長		星せんべい おしゃぶり昆布	ねじりん棒	きゅうりスティック ヨーグルト	いなかパン	動物ビスケット		クラッカー	茹で枝豆 棒チーズ	ゼリー 野菜スティック	芋けんぴ	ミレービスケット

主な使用食材の産地

白米	京都府	鶏肉	兵庫県・和歌山県・岡山県	玉ネギ	兵庫県	きゅうり	京都府
七分つき米	徳島県	豚肉	九州	キャベツ		ネギ	
お茶の葉	京都府	卵	京都府・鹿児島県	人参	長崎県	にんにく	
かつお節	鹿児島県	カツオ	鹿児島県	グリーンピース	和歌山県	トマト	奈良県
だし昆布	北海道	サワラ	長崎県	切り干し大根	宮崎県	オクラ	熊本県
スルメ				あらめ	三重県	かぼちゃ	
だしじゃこ	京都府	しらす干し	宮崎県	スナップエンドウ	大分県	メロン	
大豆	富山県	しょうが	高知県	グリーンアスパラ	徳島県・広島県	すいか	長崎県・鳥取県
小豆	京都府	ピーマン		なす	高知県・徳島県	晩柑	熊本県
		ミラ		キヌサヤ	高知県・愛媛県	りんごジュース	長野県

☆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下さい。