＜　２０２４年８月　予定献立表　＞

☆お弁当の日は16日(金)・17日(土)です

〔 2024年7月25日発行 たかつかさ保育園給食室 〕

（単位：g）

	8月1・29(木)	2・30(金)	3・31(土)	5・19(月)	6・20(火)	7・21・28(水)	8・22(木)	9・23(金)	10・24(土)	13(火)・26(月)	14(水)・27(火)	15(木)	16(金)	17(土)
昼食	ご飯 七分つき米 35～45 ラタトゥユ 鶏肉 40 イカ 20 かぼちゃ 20 人参 10 なす 15 ズッキーニ 又は きゅうり 10 ピーマン 7 トマト 20 オリーブオイル2 にんにく 1 しょうが 1 塩 0.2 三温糖0.1 ケチャップ 3 醤油(濃)1 片栗粉 1 澄まし汁 卵 15 ニラ 3 干しワカメ 0.2 出し汁 塩 0.1 醤油 2 昼食の栄養量で	ご飯 七分つき米 35～45 マーボーなす 豚ミンチ 30 なす 40 玉ネギ 20 人参 10 ピーマン 5 春雨 3 炒め油 1 しょうが 1 にんにく 酒 1 三温糖 1 八丁味噌 4 醤油 1 みりん 1 片栗粉 スープ 冬瓜 30 ソーセージ 10 青ネギ 1 中華スープ 1 塩 0.1 醤油 2 やぎ・うさぎ組 澄まし汁 ソーセージ⇒麩	鶏なんばうどん 乾麺 40～50 鶏肉 25 油揚げ 5 人参 10 玉ネギ 15 ネギ 2 薄口醤油 5 みりん 4 出し汁 果物 スイカ	ご飯 七分つき米35～45 しらす干し 山賊焼き 手羽中 1～2本 しょうが、にんにく ゴマ油 醤油 みりん ネバネバ和え きゅうり 15 オクラ 15 モロヘイヤ 8 トマト 20 納豆 10 三温糖0.5 醤油 1 澄まし汁 白瓜 20 油揚げ 10 塩0.2 醤油 2 出し汁	ご飯 七分つき米 35～45 焼きハモ ハモ 40～50 乳児 サワラ 1キレ きんぴら 万願寺唐辛子 5 ピーマン 5 白瓜 30 人参 12 炒め油 2 塩 少々 酒 1 三温糖 1 醤油 2.5 みりん 1 味噌汁 豆腐 30 切り干し大根 2 ずいき 5 味噌 6 出し汁	トマトとなすのカレー 七分つき米 50 鶏肉 40 玉ネギ 30 なす 20 トマト 30 かぼちゃ 20 オクラ 5 ゴーヤ 5 炒め油 3 しょうが 1 にんにく 少々 三温糖 0.5 塩 0.2 トマトP 5 ケチャップ 5 ソース 2 醤油 1 カレー粉 0.3 やぎ・うさぎ組 ハヤシライス ヨーグルト	ニラ玉丼 七分つき米 50 豚肉 30 人参15 玉ネギ 20 ニラ 8 卵 30 出し汁 酒 少々 塩 0.1 三温糖 1.5 醤油 4 みりん 2 味噌汁 高野豆腐 3 かぼちゃ 20 みょうが 0.3 オクラ 7 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米 35～45 白ゴマ 切り干し大根の煮物 鶏肉 20 切り干し大根 5 人参 10 干し椎茸0.2 油揚げ 10 炒め油 三温糖 2 醤油 2 ツナ和え 冬瓜 30 きゅうり 20 ツナ缶 8 醤油 2 みりん 1.5 味噌汁 なす 20 玉ねぎ 10 味噌 6 出し汁	冷やし素麺 素麺 40 油揚げ 25 出し汁 三温糖 1.5 醤油 干しワカメ 0.2 きゅうり 15 トマト 20 出し汁 三温糖 1.5 醤油 5 みりん 4 果物 すいか 60～80	ご飯 七分つき米40～45 白ゴマ なべしぎ 豚肉 30 厚揚げ 20 玉ネギ 15 なす 40 ピーマン 12 こんにゃく 10 炒め油 1 しょうが 少々 酒 少々 塩 少々 三温糖 2 醤油 1 味噌 4 みりん 2 片栗粉 1 澄まし汁 冬瓜 15 モロヘイヤ 3 みょうが 0.2 塩 0.1 醤油 2 出し汁	スタミナ丼 七分つき米 45～55 豚肉 30～40 玉ネギ 30～40 人参 15 オクラ 5 ニラ 3 炒め油 1 しょうが 1 にんにく 少々 酒 少々 醤油(濃・薄)4 三温糖 2 みりん 2 味噌汁 油揚げ 10 干しワカメ 0.2 青ネギ 1 味噌 6 出し汁	和風ツナスパゲッティ スパゲティー 40～45 ツナ缶 20 玉ねぎ 20 人参 8 ピーマン 5 油 2 薄口醤油 3 塩 0.1 きゅうりスティック きゅうり1/12～1/6 澄まし汁 麩 1 キャベツ 5 人参 3 塩 0.1 醤油 2 出し汁	お弁当の日	お弁当の日
乳児	272Kcal	267kcal	280kcal	330kcal	266kcal	310kcal	282kcal	278kcal	278kcal	234kcal	278kcal	210kcal		
幼児	340kcal	334kcal	350kcal	412kcal	333kcal	387kcal	353kcal	348kcal	347kcal	293kcal	348kcal	263kcal		
おやつ	オレンジジュース寒天 オレンジジュース 寒天 三温糖 果物 牛乳	2日 **リクエストメニュー** こんがりポテト じゃがいも 塩、油 30日 **リクエストメニュー** サンドイッチ 食パン、卵、マヨネーズ 乳児）ロールパン 果物 牛乳	星せんべい ねじりん棒 乳児）かぼちゃボーロ （乳児）果物 （幼児）ゼリー お茶	きゅうりスティック きゅうり、塩 茹で枝豆 枝豆 20、塩 ヨーグルト 果物 お茶	パンの日 いなかぱん クリームロール フランスパン 果物 牛乳	7・28日 蒸しパン 小麦粉、三温糖 油、BP、水 自家製ジャム 21日 ポップコーン とうもろこし、塩、油 果物 牛乳	チーズトースト 食パン とろけるチーズ 果物 牛乳	ヨーグルトケーキ 小麦粉12、bp0.8 三温糖6.4、バター6.4 卵12、ヨーグルト12 白ゴマ2.4 果物 牛乳	星せんべい 芋けんぴ （乳児）ミレービスケット （乳児）果物 （幼児）ゼリー お茶	きな粉マカロニ マカロニ 20 きな粉3、三温糖2 （乳児）果物 （幼児）チューベット 牛乳	14日 ジャムパン 食パン 自家製ジャム 27日 かき氷 みぞれシロップ 自家製ジャム やぎ組）おにぎり 果物 牛乳又はお茶	おにぎり 七分つき米、梅干し のり 果物 お茶	きな粉せんべい ミレービスケット 乳児）野菜スティック （乳児）果物 （幼児）ゼリー お茶	ポン菓子 芋けんぴ 乳児）かぼちゃボーロ （乳児）果物 （幼児）ゼリー お茶
延長	ポン菓子 おしゃぶり昆布	茹で枝豆 棒チーズ		ミレービスケット	野菜スティック	きゅうりスティック クラッカー	食パン	きな粉せんべい 棒チーズ		クリームロール	棒チーズ クラッカー	ねじりん棒	かぼちゃボーロ	

主な食材の産地

白米	京都府・滋賀県	イカ	石川県	モロヘイヤ	京都府	ピーマン	高知県
七分つき米	京都府・徳島県	鶏肉	兵庫県	万願寺唐辛子		みょうが	
お茶の葉	京都府	豚肉	九州	白瓜		ニラ	
かつお節	鹿児島県	卵	京都府・岡山県	青ネギ		オクラ	京都府・高知県
昆布	北海道	しょうが	高知県	枝豆		人参	北海道・和歌山県
		にんにく	京都府	ゴーヤ	京都府・長崎県	切り干し大根	宮崎県
しらす干し	宮崎県	干しワカメ	徳島県	きゅうり	京都府・愛媛県	すいか	京都府・鳥取県
		かぼちゃ	長崎県・鹿児島県	トマト	奈良県・三重県・愛知県	ずいき	大阪府
ハモ	徳島県	なす	高知県・徳島県・京都府	とうもろこし	京都府		
イサキ	長崎県	冬瓜	沖縄県・岡山県	キャベツ	愛知県・滋賀県・長野県	梨	佐賀県・福岡県
タイ		玉ネギ	兵庫県・愛媛県	じゃが芋	北海道		

☆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下さい。