

< 2024年11月 予定献立表 >

★お弁当の日は20日(水)です。おやつはきな粉蒸しパンです。

2024年10月25日発行 たかつかさ保育園給食室

(単位:g)

くま・きりん・ぞう組
箸スプーンの日

	1・29 (金)	2・16 (土)	5 (火)・18 (月)	6 (水)・19 (火)	7・21 (木)	8・22 (金)	9・30 (土)	11・25 (月)	12・26 (火)	13・27 (水)	14・28 (木)	15 (金)
昼食	ご飯 七分つき米 40~50 白ごま 2	パン フランスパン 30	ご飯 七分つき米 40~50	中華丼 七分つき米 45~55 豚肉 30 イカ 20 白菜 60 玉ねぎ 15 人参 15 小松菜 5 白ネギ 3 干し椎茸 0.8 炒め油 2 しょうが 1 酒 1 三温糖 1.5 醤油(濃・淡) 3 みりん 2 ごま油 1 片栗粉	ご飯 七分つき米 40~50	納豆ご飯 七分つき米 40~50 ひきわり納豆 20	きつねうどん 乾麺 30~50 油揚げ 30 麩 1 玉ネギ 10 人参 10 ネギ 2 出し汁 醤油 5 みりん 4	ハヤシライス 七分つき米 50 豚肉 40 人参 15 玉ネギ 40 ブロッコリー 15 じゃが芋 20	梅干しご飯 七分つき米 40~50 梅干し	ご飯 七分つき米 40~50	ご飯 七分つき米 40~50 しらす干し 1	秋の行事食 秋のちらし寿司 白米 50 塩・酒・昆布 酢 7 三温糖 3 塩 0.2 サケ 15 れんこん 10 かんぴょう 1 のり
献立	切り干し大根の煮付け 切り干し大根 6 豚肉 30 人参 5 油揚げ 10 干し椎茸 0.4 炒め油 1 酒 少々 三温糖 2 醤油 4	冬野菜のスープ 鶏肉 30 玉ネギ 20 人参 10 かぶ 15 かぶの葉 5 じゃが芋 20 カリフラワー 10 ブロッコリー 10 炒め油 1 中華スープ 1 塩 0.1 醤油 2	山賊焼き 手羽中 1本 しょうが 少々 にんにく 少々 醤油(300) ゴマ油(300)	焼き魚 サバ 塩 酒 しょうが汁	鶏肉と里芋の甘辛煮 鶏肉 30 里芋 35 人参 10 白ネギ 3 糸こんにゃく 10 小松菜 5 炒め油 1 三温糖 1.5 醤油(濃・薄) 4 みりん 0.5 出し汁	野菜の煮付け さつま芋 35 人参 15 れんこん 15 ブロッコリー 15	果物 柿 又は みかん 30	ハヤシライス 炒め油 1 しょうが 少々 にんにく 少々 ローリエ 三温糖 0.5 塩 0.2 トマトジュース 20 トマトピューレ 5 ケチャップ 5 ソース 5 醤油 0.5 米粉 2	おでん 大根 50~60 人参 20~30 こんにゃく 20~30 焼き豆腐 30 タコ 15 ブロッコリー 15 出し汁 三温糖 醤油(濃・薄) みりん	サワラのごま味噌焼き サワラ 40 白ごま 2 酒 1 みりん 1 三温糖 1 味噌 3	きんぴらおから おから 15 ごぼう 10 れんこん 10 こんにゃく 5 炒め油 1 三温糖 1 醤油 3 みりん 2 出し汁	秋の行事食 秋のちらし寿司 白米 50 塩・酒・昆布 酢 7 三温糖 3 塩 0.2 サケ 15 れんこん 10 かんぴょう 1 のり
乳児	256kcal	234kcal	342kcal	301kcal	287kcal	244kcal	226kcal	297kcal	215kcal	241kcal	214kcal	315kcal
幼児	320kcal	293kcal	427kcal	376kcal	359kcal	305kcal	283kcal	371kcal	269kcal	301kcal	267kcal	394kcal
おやつ	1日 芋けんぴ (乳児) ミレービスケット	ポン菓子 ねじりん棒	さつま芋ケーキ 小麦粉15、三温糖7 さつま芋15、ココア2 B.P.0.8、油5 豆乳15	おほかおにぎり 七分つき米 40 花かつお 0.3 濃口醤油 0.7	パンの日 いななかパン ソフトバター アンパン	8日 リクエストメニュー やきそば 中華麺、豚肉 キャベツ、焼きそばソース 塩コショウ (乳児) 焼き芋 さつま芋 80	星せんべい 芋けんぴ	チーズトースト 食パン、とろけるチーズ	きなこせんべい 又は 星せんべい	マカロニきな粉 マカロニ 20 きな粉 3 砂糖 2	焼き芋 さつまいも80	クリの蒸しパン 小麦粉、三温糖 B.P.、油、水 クリ(自家製)
延長	きな粉せんべい		ミレービスケット みかん	ねじりん棒 おしゃぶり昆布	棒チーズ クラッカー	クリームロール		野菜スティック	アンパン	ポン菓子 おしゃぶり昆布	動物ビスケット	ヨーグルト 茹で野菜

昼食の
エネルギー摂取量で

ひよこ・やぎ組
タコ抜き



主な食材の原産地

白米	京都府・滋賀県	サワラ	長崎県	小松菜		大根	北海道・石川県
七分つき米	京都府・徳島県			ホウレン草		さつま芋	徳島県
お茶の葉	京都府	タコ	モロッコ	ネギ	京都府	れんこん	
かつお節	鹿児島県	サケ	ノルウェー	かぶ		里芋	愛媛県
昆布	北海道	鶏肉	兵庫県	じゃが芋	北海道	切り干し大根	宮崎県
スルメ		豚肉	九州	人参		ごぼう	愛知県
りんごジュース	長野県	卵	京都府・鹿児島県	玉ねぎ		キャベツ	愛知県
だしじやこ	京都府	黒豆	京都府	金時豆	北海道	白菜	滋賀県
イカ	石川県	大豆	滋賀県・富山県	ブロッコリー	徳島県	りんご	長野県
にんにく	京都府	干しワカメ	徳島県	かんぴょう	奈良県	柿	奈良県
しょうが	高知県	しらす干し	宮崎県			みかん	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。