

|     | 2・16(月)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 3・17(火)                                                                                                                                                                                                                                                | 4・18(水)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 5・19(木)                                                                                                                                                                                                    | 6・20(金)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 7・14(土)                                                                                                                                                                | 9・23(月)                                                                                                                                                                                                                                              | 10・24(火)                                                                                                                                                                                                                                             | 11・25(水)                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 12・26(木)                                                                                                                                                                                                                                               | 13(金)                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 21(土)                                                                                                    | 27(金)                                                                                                                                                                   | 28(土)                                    |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 昼食  | <p>くま組<br/>箸・スプーンの日</p> <p>ご飯<br/>七分つき米 40~50<br/>白ゴマ</p> <p>八宝菜<br/>豚肉 20<br/>イカ 15<br/>白菜 60<br/>人参 15<br/>玉ネギ 15<br/>干し椎茸 0.5<br/>白ネギ 3<br/>ブロッコリー 10<br/>ゴマ油 2<br/>しょうが 1<br/>酒 0.1<br/>塩 0.1<br/>三温糖 1.5<br/>醤油(濃・淡) 4<br/>みりん 2.5<br/>片栗粉 2</p> <p>澄まし汁<br/>大根 15<br/>青ネギ 1.5<br/>干しワカメ 0.2<br/>出し汁<br/>塩 0.2<br/>醤油 2</p> <p>屋食のエネルギー<br/>摂取量です</p> | <p>ご飯<br/>七分つき米40~50</p> <p>サバのカレー焼き<br/>サバ 1切れ<br/>塩0.1<br/>カレー粉1</p> <p>ひよこ・やぎ組<br/>照り焼き</p> <p>煮付け<br/>人参 20<br/>さつま芋 30<br/>こんにゃく 15<br/>ブロッコリー 10<br/>出し汁 20<br/>三温糖 1<br/>醤油 2.5</p> <p>味噌汁<br/>白菜 10<br/>油揚げ 5<br/>かんぴょう 1<br/>味噌 6<br/>出し汁</p> | <p>納豆ご飯<br/>七分つき米40~50<br/>納豆 15</p> <p>ゴマ味噌炒め<br/>豚肉 30<br/>大根 30<br/>春雨 3<br/>春菊 5<br/>炒め油(ゴマ油)1<br/>酒 少々<br/>しょうが 1<br/>塩 少々<br/>味噌 4<br/>みりん 3<br/>白ゴマ 1</p> <p>甘酢和え<br/>かぶ 15<br/>赤かぶ 10<br/>れんこん 10<br/>酢 4<br/>三温糖 1.8<br/>塩 0.2</p> <p>澄まし汁<br/>切り干し大根 1<br/>ほうれん草 3<br/>高野豆腐 2<br/>塩 0.2<br/>醤油 2<br/>出し汁</p> | <p>他人丼<br/>七分つき米50~60<br/>鶏肉 35<br/>玉ネギ 30<br/>人参 20<br/>干し椎茸 0.5<br/>白ネギ 3<br/>ブロッコリー 10<br/>卵 30<br/>出し汁<br/>三温糖 2<br/>醤油(濃・薄)5<br/>みりん 3</p> <p>味噌汁<br/>里芋 20<br/>厚揚げ 10<br/>小松菜 5<br/>味噌 6<br/>出し汁</p> | <p>パン<br/>玄米パン 40</p> <p>から揚げ風<br/>鶏肉 40<br/>しょうが 0.1<br/>にんにく 少々<br/>醤油(濃) 1<br/>みりん 0.3<br/>なたね油 2<br/>片栗粉 5</p> <p>スパゲッティサラダ<br/>スパゲッティ 20<br/>しらす干し 3<br/>人参 10<br/>ブロッコリー 10<br/>ツナ缶 8<br/>マヨネーズ 4<br/>醤油 0.8</p> <p>スープ<br/>ソーセージ 10<br/>かぶ 15<br/>かぶの葉 5<br/>中華スープ 1<br/>塩 0.1<br/>醤油 2</p> <p>ひよこ・やぎ組<br/>澄まし汁<br/>ソーセージ→麩</p> | <p>ちゃんこうどん<br/>(醤油味)<br/>乾麺 40~50<br/>鶏肉 30<br/>油揚げ 10<br/>人参 10<br/>じゃが芋 40<br/>玉ネギ 10<br/>キャベツ 15<br/>小松菜 5<br/>出し汁<br/>醤油 5<br/>みりん 4</p> <p>フルーツ<br/>りんご 30~50</p> | <p>カレーライス<br/>七分つき米 50~60<br/>豚肉 40<br/>人参 20<br/>玉ネギ 30<br/>じゃが芋 40<br/>白ネギ 5<br/>ブロッコリー 15<br/>炒め油 1<br/>しょうが 1<br/>にんにく 1<br/>塩 0.2<br/>三温糖 0.5<br/>トマトp5<br/>ケチャップ5<br/>ソース 2<br/>米粉 2<br/>カレー粉0.3</p> <p>ひよこ・やぎ組<br/>ハヤシライス</p> <p>ヨーグルト 1個</p> | <p>ご飯<br/>七分つき米40~50</p> <p>ブリの照り焼き<br/>ブリ 1切れ<br/>しょうが汁 1<br/>醤油<br/>みりん<br/>酒</p> <p>煮付け<br/>丸大根 20<br/>金時人参 20<br/>れんこん 15<br/>ブロッコリー 10<br/>出し汁<br/>三温糖 1<br/>醤油 2.5<br/>みりん 1</p> <p>味噌汁<br/>じゃが芋 20<br/>玉ねぎ 10<br/>かぶの葉 5<br/>味噌 6<br/>出し汁</p> | <p>ご飯<br/>七分つき米40~50</p> <p>里芋グラタン<br/>鶏ミンチ 20<br/>里芋 30<br/>玉ネギ 13<br/>炒め油 1<br/>塩 0.1<br/>こしょう 少々<br/>小麦粉 2<br/>バター 2<br/>牛乳 25<br/>とろけるチーズ 8<br/>白ワイン 1</p> <p>ゴマ和え<br/>ブロッコリー 15<br/>カリフラワー 15<br/>ツナ缶 10<br/>白ゴマ 2<br/>出し汁<br/>三温糖 1<br/>醤油 2</p> <p>澄まし汁<br/>豆腐 30<br/>春菊 3<br/>出し汁<br/>塩 0.2<br/>醤油 2</p> | <p>ご飯<br/>七分つき米40~50</p> <p>松風焼き<br/>鶏ミンチ 40<br/>玉ネギ 10<br/>ごぼう 5<br/>パン粉 3<br/>卵 7<br/>三温糖 1<br/>味噌 3<br/>醤油 1<br/>白ゴマ 1</p> <p>煮まし<br/>白菜 15<br/>白菜 20<br/>金時人参 10<br/>油揚げ 10<br/>出し汁<br/>三温糖 1.5<br/>醤油 2.5<br/>みりん 1</p> <p>ひよこ・やぎ組<br/>水菜→小松菜</p> | <p>ご飯<br/>七分つき米40~50<br/>しらす干し 1</p> <p>イカリ芋<br/>イカ 20~30<br/>ひよこ・やぎ組<br/>焼き豆腐 30<br/>里芋 40<br/>金時人参 15<br/>出し汁<br/>しょうが 1<br/>酒 1<br/>三温糖 2<br/>醤油 3</p> <p>納豆和え<br/>ほうれん草 20<br/>白菜 20<br/>人参 20<br/>納豆 10<br/>三温糖 1<br/>醤油 2<br/>出し汁</p> <p>味噌汁<br/>丸大根 15<br/>玉ネギ 10<br/>味噌 6<br/>出し汁</p> | <p>幼児クラスは<br/>すてきな<br/>なかま会</p> <p>*持ち帰り給食です*</p> <p>ホットドッグ<br/>と<br/>みかん</p> <p>当日中に<br/>お召し上がりください</p> | <p>年越しうどん<br/>乾麺 30~40<br/>油揚げ 15<br/>麩 1<br/>人参 10<br/>玉ネギ 10<br/>キャベツ 20<br/>出し汁<br/>みりん 4<br/>醤油 5</p> <p>黒豆と<br/>さつま芋の煮物<br/>黒豆 10<br/>さつま芋30~40<br/>三温糖<br/>醤油</p> | <p>お弁当の日</p> <p>給食室の<br/>メンテナンスを行います</p> |
|     | 乳児                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 211kcal                                                                                                                                                                                                                                                | 313kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 273kcal                                                                                                                                                                                                    | 296kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 313kcal                                                                                                                                                                | 247kcal                                                                                                                                                                                                                                              | 263kcal                                                                                                                                                                                                                                              | 267kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 282kcal                                                                                                                                                                                                                                                | 286kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 222kcal                                                                                                  |                                                                                                                                                                         | 290kcal                                  |
| 幼児  | 264kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 391kcal                                                                                                                                                                                                                                                | 341kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 370kcal                                                                                                                                                                                                    | 391kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 309kcal                                                                                                                                                                | 454kcal                                                                                                                                                                                                                                              | 334kcal                                                                                                                                                                                                                                              | 353kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 357kcal                                                                                                                                                                                                                                                | 277kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                          | 363kcal                                                                                                                                                                 |                                          |
| おやつ | <p>きなこおにぎり<br/>七分つき米35<br/>きな粉3、三温糖2</p> <p>牛乳<br/>果物</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p>マリービスケット</p> <p>ヨーグルト</p> <p>お茶<br/>果物</p>                                                                                                                                                                                                          | <p>ジャムパン<br/>フランスパン<br/>自家製ジャム</p> <p>牛乳<br/>果物</p>                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>焼き芋<br/>さつま芋 80</p> <p>棒チーズ</p> <p>牛乳<br/>果物</p>                                                                                                                                                        | <p>6日<br/>じゃがいもチーズ<br/>じゃが芋 50<br/>とろけるチーズ</p> <p>20日<br/>リクエストメニュー<br/>ココアケーキ<br/>小麦粉、卵、バター、BP<br/>三温糖、生クリーム、牛乳<br/>(乳児)蒸しパン</p> <p>牛乳<br/>果物</p>                                                                                                                                                                                     | <p>星せんべい<br/>芋けんぴ</p> <p>(乳児)野菜スティック</p> <p>お茶<br/>(乳児)果物<br/>(幼児)ゼリー</p>                                                                                              | <p>9日<br/>ポップコーン<br/>とうもろこし、塩、油</p> <p>23日<br/>リクエストメニュー<br/>チーズトースト<br/>食パン、とろけるチーズ</p> <p>牛乳<br/>果物</p>                                                                                                                                            | <p>焼き芋<br/>さつま芋 80</p> <p>棒チーズ</p> <p>牛乳<br/>果物</p>                                                                                                                                                                                                  | <p>11日<br/>リクエストメニュー<br/>わらび餅<br/>わらび餅粉、きな粉<br/>三温糖<br/>(乳児)蒸しパン<br/>小麦粉、三温糖、BP</p> <p>25日<br/>クリスマスケーキ<br/>小麦粉、卵、バター<br/>三温糖、生クリーム<br/>牛乳、BP、いちご</p> <p>牛乳<br/>果物</p>                                                                                                                                           | <p>パンの日<br/>ロールパン<br/>いなかパン<br/>チョコリッチ</p> <p>牛乳<br/>果物</p>                                                                                                                                                                                            | <p>ピザ<br/>小麦粉、ドライイースト<br/>三温糖、油、塩<br/>玉ネギ、ツナ<br/>ケチャップ<br/>とろけるチーズ</p> <p>牛乳<br/>果物</p>                                                                                                                                                                                                       | <p>おにぎり<br/>七分つき米、塩<br/>青のり、白ごま</p> <p>お茶<br/>果物</p>                                                     | <p>きなこせんべい</p> <p>お茶<br/>(乳児)果物<br/>(幼児)ゼリー</p>                                                                                                                         |                                          |
|     | 延長                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | ねじりん棒<br>おしゃぶり昆布                                                                                                                                                                                                                                       | きな粉せんべい                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | ミレービスケット                                                                                                                                                                                                   | いなかパン                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 棒チーズ<br>クラッカー                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                      | みかん<br>かぼちゃポーロ                                                                                                                                                                                                                                       | ヨーグルト<br>クラッカー                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | クリームロール                                                                                                                                                                                                                                                | 野菜スティック                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 茹で野菜                                                                                                     |                                                                                                                                                                         | 動物ビスケット                                  |

主な使用食材の産地

|         |         |     |          |             |         |        |             |
|---------|---------|-----|----------|-------------|---------|--------|-------------|
| 白米      | 徳島県     | ブリ  | 鹿児島県     | しょうが        | 高知県     | 白菜     | 滋賀県・岐阜県     |
| 七分つき米   | 徳島県     | サバ  | 京都府      | にんにく        | 京都府     | かんぴょう  | 奈良県         |
| お茶      | 京都府     | イカ  | 石川県      | 小松菜、ほうれん草   | 京都府     | 里芋     | 愛媛県         |
| かつお節    | 鹿児島県    | 鶏肉  | 兵庫県      | ネギ、かぶ、丸大根   | 京都府     | 切り干し大根 | 宮城県         |
| 昆布      | 北海道     | 豚肉  | 九州       | じゃが芋、人参     | 北海道     | 長大根    | 北海道・石川県     |
| りんごジュース | 長野県     | 卵   | 京都府・鹿児島県 | 玉ネギ         | 兵庫県     | キャベツ   | 愛知県・長野県・滋賀県 |
| しらす干し   | 宮城県・淡路島 | 大豆  | 京都府・富山県  | 水菜          | 滋賀県     | カリフラワー | 徳島県         |
| 出し汁     | 京都府     | 黒豆  | 京都府      | さつま芋        | 徳島県・京都府 | 金時人参   | 香川県         |
| 干しワカメ   | 徳島県     | セリ  | 三重県      | れんこん、ブロッコリー | 福岡県・熊本県 | りんご    | 長野県         |
|         |         | 白ネギ | 鳥取県      | いちご         | 福岡県・熊本県 | みかん    | 和歌山県        |

☆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も記載しますのでご覧ください。