

< 2025年1月 予定献立表 >

★お弁当の日は1月4日(土)です。

[たかつかさ保育園給食室 2024年12月23日発行] (単位:g)

くま・ぞう組
箸・スプーンの日

きりん組
箸・スプーンの日

	1月4(土)	6(月)	7・21(火)	8・22(水)	9・23(木)	10・24(金)	11・25(土)	14(火)・27(月)	15(水)・28(火)	16(木)・29(水)	17(金)・30(木)	18(土)	20(月)・31(金)
昼食	お弁当日 市場が休業のため食材の入荷が困難となります お弁当の持参をお願いします	年明けうどん 乾麺 40~50 油揚げ 20 麩 2 玉ネギ 10 人参 15 小松菜 5 キャベツ 15 出し汁 醤油 5 みりん 4 黒豆とさつまいもの甘煮 さつまいも 40 黒豆 10 三温糖 醤油	ハヤシライス 七分つき米 40~55 豚肉 20 イカ 15 玉ネギ 20 人参 15 じゃが芋 20 れんこん 10 フロッコリー 15 炒め油 にんにく 少々 しょうが 少々 三温糖 0.3 トマトジュース 20 トマトP 5 トマトケチャップ 5 ソース 2 ローリエ 塩 0.2 醤油 0.5 米粉 2 ヨーグルト	ご飯 七分つき米 40~50 鶏の照り焼き 鶏もも肉 40~50 酒 1 みりん 1 醤油(濃) 2 煮浸し 小松菜 15 白菜 20 人参 10 油揚げ 10 出し汁 三温糖 1.5 醤油 2.5 みりん 1 雑煮風味噌汁 里芋 30 金時人参 10 丸大根 20 セリ 1 白味噌 12 醤油 1 出し汁 かつお節	ご飯 七分つき米 40~50 卵焼き 卵 40 ねぎ 3 かんぴょう 1 干し椎茸 1 塩 0.2 醤油 1.2 みりん 1.2 柿なます 大根 25 れんこん 15 柿 10 酢 5 三温糖 2 塩 0.2 澄まし汁 高野豆腐 2 春菊 3 塩 0.2 醤油 2 出し汁	ご飯 七分つき米 40~50 照り焼き プリ 1/2~1切れ しょうが汁 醤油 みりん 酒 煮物 丸大根 30 金時人参 20 フロッコリー 15 醤油 2.5 三温糖 1 みりん 1 出し汁 具だくさん味噌汁 じゃが芋 20 ほうれん草 3 油揚げ 5 かんぴょう 1 味噌 6 出し汁	味噌ラーメン 中華麺 70 乾麺 40(ひよこ・やぎ) 豚肉 30 白菜 30 人参 15 ねぎ 3 炒め油 1 しょうが少々 味噌 10 塩 0.2 出し汁 果物 みかん	納豆ご飯 七分つき米 40~50 納豆 15 丸大根の味噌煮 鶏肉 25 厚揚げ 20 里芋 20 丸大根 60 金時人参 20 出し汁 白味噌 10 味噌 2 澄まし汁 とろろ昆布 0.1 ほうれん草 3 塩 0.2 醤油 2 出し汁	ご飯 七分つき米 40~50 白ゴマ 1 あらめの煮付け あらめ 4 豚肉 30 油揚げ 10 人参 10 三温糖 1.5 醤油(濃・薄) 3.5 みりん 2 酒 少々 油 少々 酢れんこん れんこん 30 酢 5 三温糖 2 醤油 1 添)フロッコリー 15 味噌汁 豆腐 30 干しわかめ 0.2 ねぎ 2 かんぴょう 2 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米 40~50 焼き魚 サワラ か サバ 煮物 人参 20 さつまいも 20 フロッコリー 10 出し汁 三温糖 1 みりん 1 醤油 2.5 たたきごぼう ごぼう 15 白ゴマ 1 出し汁 酢 5 三温糖 1.5 醤油 1.5 澄まし汁 素麺 10 小松菜 2 塩 0.2 醤油 2 出し汁	梅干しご飯 七分つき米 40~50 梅干し 夫婦炊き 焼き豆腐 70 油揚げ 30 小松菜 15 出し汁 三温糖 3 みりん 2 薄口醤油 6 豚汁 豚肉 15 さつまいも 15 人参 7 大根 10 玉ねぎ 10 味噌 6 出し汁	ためきうどん 乾麺 40~50 油揚げ 30 人参 10 玉ねぎ 15 白ネギ 5 出し汁 酒 醤油 5 みりん 4 片栗粉 果物 みかん	生巻焼き丼 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) 具だくさん汁 豆腐 15 じゃが芋 15 切り干し大根 1 干しワカメ 0.1 出し汁 味噌 6
乳児		277kcal	302kcal	294kcal	203kcal	287kcal	233kcal	242kcal	250kcal	275kcal	292kcal	210kcal	238kcal
幼児		346kcal	377kcal	368kcal	254kcal	359kcal	291kcal	303kcal	313kcal	344kcal	365kcal	263kcal	297kcal
おやつ	野菜スティック 七分つき米 40 青のり、塩、白ゴマ (乳児) 果物 (幼児) ゼリー お茶	おにぎり 七分つき米 40 青のり、塩、白ゴマ 果物 お茶	7日 七草粥 白米 クラスの栽培物 塩 21日 芋けんぴ (乳児) ミレービスケット 果物 お茶又は牛乳	8日 芋けんぴ (乳児) ミレービスケット 果物 牛乳又はお茶	きなこちんすこう 小麦粉13、三温糖5 油6、きな粉2 果物 牛乳	焼き芋 さつまいも 80 果物 牛乳	ボン菓子 果物 (幼児) ゼリー お茶	パンの日 フランスパン クリームロール いなかパン 果物 牛乳又はホットココア	15日 小豆粥 白米、塩 小豆 28日 ごまめ ごまめ 5 三温糖 5 醤油(濃) 1.5 酒 2 白ゴマ 2 ねじりん棒 果物 お茶	16日 リクエストメニュー きな粉マカロニ マカロニ20 きな粉3、三温糖2 29日 リクエストメニュー たかつかさパフェ ケーキ/アイスクリーム ホイップクリーム、クラッカー りんご (乳児) 蒸しパン 果物 お茶又は牛乳	17日 リクエストメニュー フレーンケーキ 小麦粉、三温糖 バター、卵、BP、牛乳 ホイップクリーム 30日 焼き芋 さつまいも80 棒千一ス 果物 牛乳又はホットかりん	きな粉せんべい 芋けんぴ (乳児) 野菜スティック (乳児) 果物 (幼児) ゼリー お茶	20日 リクエストメニュー ホットドック ロールパン、ソーセージ キャベツ、ケチャップ (乳児) ロールパン 31日 磯松風 小麦粉20、BP1 三温糖7、塩 少々 水 20、小豆10 果物 牛乳
延長	野菜スティック	かほちゃポロロ	動物ビスケット	クラッカー ヨーグルト	茹で野菜	いなかパン		ねじりん棒	ミレービスケット	クリームロール	クラッカー みかん		きな粉せんべい 棒千一ス

昼食のエネルギー摂取量です



主な使用食材の産地

白米	京都府・滋賀県	しょうが	高知県	小松菜	京都府
七分つき米	京都府・徳島県	干しワカメ	徳島県	ホウレン草	
お茶の葉	京都府	丸大根	京都府	ネギ	
かつお節	鹿児島県	小豆		白ネギ	鳥取県
昆布	北海道			じゃが芋	北海道
スルメ		にんにく		人参	長崎県
		黒豆		玉ねぎ	兵庫県
		かぶ		大根	北海道・石川県
プリ	長崎県・鹿児島県	白菜	滋賀県・京都府	さつまいも	徳島県
サバ(干し)	京都府	里芋	愛媛県	れんこん	
イカ	石川県	切り干し大根	宮崎県	フロッコリー	
サワラ	長崎県	セリ	三重県	カリフラワー	
鶏肉	兵庫県	水菜	滋賀県	金時人参	香川県・京都府
豚肉	九州	大豆		みかん	和歌山県・熊本県
卵	京都府・鹿児島県	かんぴょう	奈良県	りんご	長野県
しらす干し	宮崎県	キャベツ	長野県	ゆず	徳島県

☆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ください。