

< 2021年3月 予定献立表 >

★お弁当の日は 10日・27日です。おやつは10日自家製クッキー・27日は星せんべい又はミレービスケットです。

2021年2月19日発行 たかつかさ保育園給食室

(単位:g)

	1・15・29(月)	2・16・30(火)	3(水)	4・18(木)・31(水)	5・19(金)	6(土)	8・22(月)	9・23(火)	11(木)24(水)	12(金)25(木)	13(土)	17(水)26(金)	27(土)
昼食	ごはん 七分つき米 35~40  照り焼き 手羽元 1本 酒 1 みりん 1 醤油 2 しょうが汁  スパゲティサラダ スパゲティ 10 しらす干し 3 人参 10 ブロッコリー 10 マヨネーズ 4 醤油 0.8  スープ 高野豆腐 3 ほうれん草 5 玉ネギ 10 中華スープ 1 塩 0.1 醤油 2  昼食のエネルギー 摂取量です。	ゆかりごはん 七分つき米 35~40 ゆかり しらす干し 2  手羽中と大豆の 酢醤油煮 手羽中 1本 大豆 5 酒 にんにく しょうが 酢 5 三温糖 3 醤油(濃・淡) 5 水 5  ごま味噌和え キャベツ 10 ほうれん草 15 人参 5 ツナ缶 10 練りごま 2 味噌 2 三温糖 1 醤油 1 だし汁  澄まし汁 板麩 0.2 水菜 3 塩 0.2 醤油 2 出し汁	ひなまつり 行事食  小豆ごはん もち米 白米 小豆 塩 みりん  鯛の梅焼き タイ 1キレ 梅干し 醤油 しょうが汁 みりん  煮浸し 小松菜 15 白菜 30 人参 10 油揚げ 10 練りごま 1 三温糖 1 醤油 2.5 みりん 1 出し汁	中華丼 七分つき米 40~50 豚肉 40 イカ 10 干し椎茸 0.2 白菜 60 人参 15 玉ネギ 20 小松菜 5 茹でたけのこ 5 ブロッコリー 15 炒め油 1 しょうが 少々 酒 少々 三温糖 0.5 塩 少々 みりん 2.5 醤油 4 ゴマ油(香) 少々  ワカメスープ 豆腐 15 干しワカメ 0.3 ネギ 1 中華スープ 1 塩 0.1 醤油 2	カツカレー 七分つき米 45~55 鶏肉 40~50 酒 少々 小麦粉 3 卵 5 パン粉 8 油 5 玉ネギ 20 人参 20 炒め油 2 しょうが 1 にんにく 1 ローリエ 塩 0.2 三温糖 0.3 トマトP3 ケチャップ 5 ソース 2 米粉 3 カレー粉 0.3 添)ブロッコリー 15  ひよこ・やぎ組 ハヤシライス  ヨーグルト 1個	きつねうどん 乾麺 30~40 油揚げ 25 麩 1 玉ネギ 15 人参 10 ネギ 2 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 50 黒豆 10 三温糖	ハヤシライス 七分つき米 40~50 豚肉 30 人参 15 玉ネギ 20 じゃがいも 30 れんこん 15 ブロッコリー 15 炒め油 2 しょうが 1 にんにく 1 ローリエ 塩 0.2 三温糖 0.5 トマトジュース 20 トマトP5 ケチャップ 5 ソース 2 醤油 2 米粉 3  ヨーグルト 1個	パン 玄米パン  タンドリーチキン 鶏肉 40~50 塩 0.2 カレー粉 0.4 ヨーグルト 10 醤油 0.5 ケチャップ 0.5  ひよこ・やぎ組 照り焼き  サラダ キャベツ 20 れんこん 10 人参 5 りんご 10 酢 3 オリーブオイル 2 塩 少々 こしょう 少々  スープ かぶ 20 かぶの葉 5 ソーセージ 5 中華スープ 1 塩 0.1 醤油 2	ごはん 七分つき米 35~40  照り焼き ブリ 醤油 2 みりん 1 酒 1 しょうが汁  煮物 人参 20 じゃが芋 40 れんこん 20 ブロッコリー 15 りんご 10 出汁 醤油 3 三温糖 1 みりん 1  澄まし汁 ネギ 2 素麺 10 塩 0.2 醤油 2 出し汁	ごはん 七分つき米 35~40 白ごま 2  鶏のから揚げ風 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  納豆和え ほうれん草 20 白菜 15 人参 10 ひきわり納豆 10 三温糖 0.8 醤油 2  味噌汁 さつまいも 30 玉ネギ 10 味噌 6 出し汁	卒園式	チキンライス 七分つき米 45~50 鶏肉 25 玉ネギ 20 人参 20 菜の花 2 トマトジュース 塩 炒め油 2 塩 0.1 醤油 1 ケチャップ 5 ソース 1 醤油 0.5  果物 いちご 1個  スープ 白菜 15 じゃが芋 15 マカロニ 2 ほうれん草 2 中華スープ 1 塩 0.1 醤油 2	お弁当の日
乳児	289kcal	241kcal	322kcal	296kcal	339kcal	318kcal	289kcal	280kcal	288kcal	292kcal		267kcal	
幼児	350kcal	301kcal	345kcal	370kcal	424kcal	353kcal	361kcal	350kcal	360kcal	365kcal		302kcal	
おやつ	1・29日 きな粉マカロニ マカロニ(ツイスト) 20 きな粉 3 三温糖 2  さつまいものきな粉かけ さつまいも 60 きな粉 3、三温糖 2  16日 ぶどうジュースゼリー ぶどうジュース50 三温糖 乳児)動物ビスケット  りんごジュース又は牛乳 果物	2日・30日 パンの日 チョコリッチ いななかパン ロールパン  17日 ホットドック ロールパン キャベツ 10 ソーセージ 1/2本 トマトケチャップ  ロールパン いななかパン  牛乳 果物	雑おにぎり 白米、梅酢、ゆかり 薄焼き卵、三つ葉 のり  乳組は ゆかりおにぎり  お茶 果物	4日 お別れ会  18・31日 焼き芋 さつまいも 80  棒チーズ  牛乳又はホットかりん 果物	5日 吉川宗佑さん リクエストメニュー ココアケーキ 小麦粉、三温糖、卵、バター B.P.、ホイップクリーム  乳児)茹で野菜 人参 20、さつまいも 40 19日 ちゃんぽん麺 中華麺 50 豚肉 10 人参5、玉ネギ5 キャベツ 10  乳児)おにぎり 牛乳 果物	野菜バー  せんべい  お茶 果物	8日 チーズトースト 食パン とろけるチーズ  いななかパン  22日 イチゴサンド 食パン イチゴ ホイップクリーム  いななかパン  ホットココア又は牛乳 果物	ボン菓子 せんべい 芋けんぴ  ヨーグルト  お茶 果物	11日 たかつかさパフェ イチゴ、みかん缶、クラッカー アイスクリーム 自家製ケーキ 動物ビスケット 乳児)焼き芋 さつまいも 80  24日 わらびもち わらび餅粉 三温糖 きな粉  乳児)焼き芋 さつまいも 80 お茶 果物	12日 川辺 結平さん リクエストメニュー 焼きそば 中華麺 豚肉10、キャベツ5 お好みソース ケチャップ、サラダ油 塩こしょう 乳児)せんべい  25日 ごんがりポテト じゃが芋 80 塩 少々 オリーブオイル 芋けんぴ 牛乳 果物	15日 鬼まんじゅう さつまいも 小麦粉、B.P. 三温糖、水  きな粉せんべい  26日 じゃこ炒飯 七分つき米30 しらす干し、ネギ、人参 ごま油、醤油、塩 梅干しおにぎり 七分つき米 40、梅干し お茶 果物	星せんべい ミレービスケット  お茶 果物	
延長	棒チーズ 胚芽ビスケット	乾パン マリービスケット	芋けんぴ せんべい	ヨーグルト 前田クラッカー	ミレービスケット 芋けんぴ	クラッカー	茹で野菜 きな粉せんべい	星せんべい ゼリー	ねじりん棒 みかん	いななかパン あんパン		京おかき かぼちゃポーロ	芋けんぴ

白米	京都府・滋賀県	大豆	長崎県	金時人参	香川県	にんにく	京都府	ゼリー	三重県
七分つき米	京都府・徳島県	豚肉	長崎県	干しワカメ	徳島県	ほうれん草	京都府・鳥取県	じゃが芋	北海道
お茶の葉	京都府	鶏肉	兵庫県	大豆	徳島県	小松菜	京都府	人参	長崎県
かつお節	徳島県	豚肉	兵庫県	丸大豆	滋賀県	本ネギ	京都府	生ネギ	長崎県
昆布	北海道	卵	京都府・岡山県	小豆	滋賀県	白ネギ	鳥取県	大根	北海道・石川県
スルメ		イカ	石川県	三つ葉	京都府	白菜	滋賀県		
りんごジュース	長野県	黒豆	切り干し大根	宮崎県	醤油	滋賀県	キャベツ	滋賀県	
しらす干し	宮崎県	しょうが	高知県	かぶ	佐賀県	かんぴょう	奈良県		
スルメ	北海道	さつまいも	徳島県	いちご	佐賀県	りんごジュース	徳島県		
		れんこん		みかん	和歌山県・熊本県	ゆず	徳島県		
		ブロッコリー		りんご	長野県	里芋	愛媛県		

★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。  
★おやつは、幼児クラスを中心に選択できるおやつの日があります。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ください。