

< 2021年5月 予定献立表 >

★お弁当の日は19日(水)です。おやつは、こいのぼりクッキーです。

くま組
スプーンの日

きりん・ぞう組
箸・スプーンの日

たかつかさ保育園給食室〔2021年4月26日発行〕 (単位:g)

	1・15・29 (土)	6・20 (木)	7・21 (金)	8・22 (土)	10・24 (月)	11・25 (火)	12・26 (水)	13・27 (木)	14・28 (金)	17・31 (月)	18 (火)
昼食	カレーうどん 乾麺 40~50 油揚げ 20 豚肉 25 人参 10 玉ネギ 20 小松菜 10 出し汁 みりん 4 醤油 5 カレー粉 0.3 片栗粉 2 ヤギ・ウサギ組 カレー粉抜き 果物 デコボン 30~50 屋食の栄養量です	塩麹丼 七分つき米 40~45 豚肉 35 人参 15 玉ネギ 30 キャベツ 20 ねぎ 2 炒め油 2 しょうが 少々 にんにく 少々 塩麹 2 味噌汁 切り干し大根 2 油揚げ 3 じゃがいも 20 干しわかめ 0.2 味噌 6 出し汁 果物	ご飯 七分つき米30~35 白ごま 3 じゃがいものそぼろ煮 鶏ミンチ 30 玉ねぎ 20 じゃが芋 50 グリーンピース 3 炒め油 しょうが 醤油 3 三温糖 1.5 みりん 1 片栗粉 1 切り干し大根の梅酢和え 切り干し大根 4 人参 10 ツナ缶 5 醤油 1 三温糖 1.5 梅酢 1 澄まし汁 とろろ昆布 1.5 きぬさや 2 塩 0.2 醤油 2 出し汁	ちゃんぽん麺 中華麺 80 (やぎ組) 乾麺 30 豚肉 20 キャベツ 30 人参 10 玉ねぎ 15 にら 3 炒め油(ゴマ油)1 塩 0.2 こしょう 少々 しょうが 少々 醤油(濃・薄)4 みりん 2 中華スープ 1 果物 イチゴ 1~2個	パン 玄米パン 50 照り焼き 鶏肉 40 醤油 みりん ポテトサラダ じゃが芋 30 スナップエンドウ 10 グリーンアスパラ 10 人参 5 マヨネーズ 4 塩 0.1 スープ 玉ネギ 10 ソーセージ 10 ほうれん草 2 中華スープ 1 塩 0.1 醤油 2 ヤギ・ウサギ組 ウインナー抜き	キーマカレー 七分つき米 40~45 豚ミンチ 50 玉ネギ 30 人参 20 じゃが芋 30 ブロッコリー 15 グリーンピース 3 炒め油 1 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P 5 ケチャップ 5 ソース 2 醤油 2 カレー粉 0.3 米粉 1 ヤギ・ウサギ組 カレー粉抜き ヨーグルト	ご飯 七分つき米 35~45 ちりめんじゃこ 3 あらめの煮物 あらめ 3 鶏肉 20 人参 10 油揚げ 10 炒め油 1 三温糖 2 醤油(濃・薄) 4 みりん 0.5 出し汁 酒 少々 ごま和え 小松菜 20 グリーンアスパラ 5 人参 10 スモークチキン 5 白ごま 2 醤油 2 三温糖 2 出し汁 味噌汁 ネギ 3 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米 35~45 焼き魚 カツオ 40~50 しょうが汁 酒 少々 醤油 みりん 若竹煮 筍 20 干しわかめ 0.3 出し汁 三温糖 1 みりん 2 醤油 2 茹で野菜 スナップエンドウ 10 (乳児のみ)さつま芋 30 味噌汁 高野豆腐 3 かんぴょう 2 キャベツ 10 味噌 6 出し汁	ご飯 七分つき米35~45 厚揚げの 中華風炒め 豚肉 20 厚揚げ 30 筍 10 玉ねぎ 20 小松菜 20 人参 10 干し椎茸 1 炒め油(ゴマ油)1 しょうが 少々 酒 少々 三温糖 1.5 醤油 2 赤味噌 3 みりん 0.5 片栗粉 少々 スープ 干しワカメ 0.2 キャベツ 15 白ごま 2 中華スープ 1 醤油 2 塩 0.1	納豆ご飯 七分つき米 35~45 ひきわり納豆 15 キャベツの卵とじ 鶏肉 30 キャベツ 40 人参 15 玉ネギ 15 グリーンピース 8 三つ葉 3 卵 25 出し汁 酒 少々 三温糖 2.5 醤油(濃・薄)5 みりん 2 味噌汁 切り干し大根 1 豆腐 30 キャベツ 6 出し汁	春のちらし寿司 白米 40~50 塩0.3 酒 少々 昆布 しらす干し 2 筍 10 蕎麦 2 高野豆腐 3 かんぴょう 1 炒り卵 20 のり 1 果物 いちご 赤だし汁 厚揚げ 15 大根 10 人参 10 さつま芋 15 八丁味噌 4 味噌 3 出し汁
乳児	280kcal	388kcal	282kcal	253kcal	312kcal	303kcal	250kcal	258kcal	334kcal	282kcal	321kcal
幼児	350kcal	417kcal	352kcal	316kcal	343kcal	346kcal	312kcal	323kcal	417kcal	353kcal	403kcal
おやつ	星せんべい 芋けんぴ ミレービスケット お茶 果物・ゼリー	6日 パンの日 ロールパン いななかパン クリームロール 20日 さくらもち 道明寺粉、小豆 三温糖、きな粉、桜の葉 乳児)きな粉おにぎり 牛乳又はお茶 果物	茹で野菜 空豆 15 さつま芋 30 ヨーグルト お茶 果物	野菜バー せんべい お茶 果物・ゼリー	10日 リンゴジュースゼリー リンゴジュース パールアガー 三温糖 マレービスケット 24日 リクエストメニュー たこ焼き 小麦粉、卵、タコ、油 キャベツ、青のり、ソース (乳児) おにぎり 七分つき米 35、塩、青のり 牛乳又はお茶 果物	ミレービスケット ねじりん棒 棒チーズ 牛乳 果物	たけのこケーキ 小麦粉20 三温糖、バター、B.P. たけのこ せんべい お茶 果物	13日 スコーン 小麦粉、バター ヨーグルト 自家製ジャム いななかパン 27日 落クッキー 小麦粉、三温糖 卵、バター、B.P. 落 星せんべい 牛乳 果物	マカロニきな粉 マカロニ 20 きな粉 3 三温糖 2 きな粉せんべい リンゴジュース 果物	筍ごはんのおにぎり 七分つき米 35 筍 5 油揚げ 2 醤油 みりん グリーンピース 乾パン 牛乳 果物	パンの日 いななかパン アンパン クリームロール 牛乳 果物
延長		前田クラッカー ヨーグルト	動物ビスケット ゼリー		クラッカー きらず揚げ	茹で野菜 (さつま芋)	アンパン いななかパン	野菜スティック 棒チーズ	ねじりん棒 イチゴ	ゼリー 野菜バー	かぼちゃポーロ せんべい



主な使用食材の産地

白米	京都府・滋賀県	カツオ	鹿児島県	ほうれん草		かんぴょう	奈良県
七分つき米	京都府・徳島県	サワラ	長崎県・鳥取県・高知県	小松菜		デコボン	和歌山県
お茶の葉	京都府	切り干し大根	宮崎県	ネギ	京都府	イチゴ	佐賀県・福岡県
かつお節	鹿児島県	あらめ	三重県	にんにく		りんごジュース	奈良県・大分県
だし昆布	北海道	しょうが	高知県	筍		干し椎茸	長野県
スルメ		じゃが芋	北海道	スナップエンドウ	大分県		京都府
だしじゃこ	京都府	玉ネギ	兵庫県	さつま芋	徳島県		
干しワカメ	徳島県	キャベツ	大阪府	三つ葉	熊本県		
かえりちりめんじゃこ	宮崎県	人参	長崎県	グリーンアスパラ	徳島県・広島県		
しらす干し	広島県・徳島県	大根	石川県	ブロッコリー	徳島県		
鶏肉	兵庫県	にら	高知県	蕎麦	京都府・大阪府		
豚肉	奈良県	空豆	鹿児島県	キヌサヤ	和歌山県		
卵	京都府・岡山県	かぶ	京都府・滋賀県	グリーンピース			

☆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。

☆おやつは幼児を中心に選択できるおやつにしています。
乳児は咀嚼や嗜好のことも考慮して、食べやすいものになっています。
その日のおやつ内容を展示食の給食メッセージに記載しますのでご覧ください。