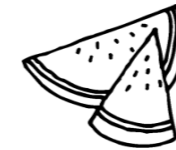


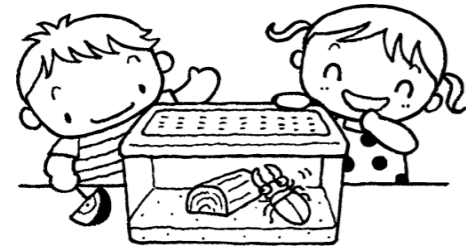
平成28年8月 高槻市立保育所給食献立表

	1(月)	2・9(火)	3(水)	4・18(木)	5・26(金)	6(土)	8・29(月)	10・24(水)
10時	●牛乳● ■ 畑のクラッカー 5g	●牛乳● ■ キヌアあられ塩味 5g	●牛乳● ■ ミニどうぶつビスケット 2個	●牛乳● ■ ベビーせんべい 1袋	●牛乳● ■ ミニアスパラガスビスケット 4g	●牛乳● ■ 野菜スナック 4g	●牛乳● ■ 畑のクラッカー 5g	●牛乳● ■ ミニどうぶつビスケット 2個
昼	バターロール ツナマヨしょうゆ スパゲティ わかめのスープ	ごはん 白身魚のカレー 天ぷら 煮びたし みそ汁	ごはん 肉とちんげん菜の いため物 みそ汁 ヨーグルト	ごはん(しそふりかけ) 鮭のおろし焼 小松菜の煮びたし みそ汁	ごはん カレースープ いためビーフン	ごはん ポークビーンズ みそ汁	ソフトパン 肉うどん いそ煮 ヨーグルト	ごはん 中国風五目煮込み みそ汁
3時	●牛乳● ■ フライドポテト ▲ ぶどうゼリー 50g	●牛乳● ▲ すいか ■ 昆布おかき 2・1袋	●牛乳● 2~5歳児 枝豆 0~1歳児 ▲りんご缶詰 1個 ■ ソフトせんべい 1・1袋	●牛乳● 3~5歳児 ▲みかん(冷) 0~2歳児 ▲みかんゼリー ■ リッツ 3・2枚	茶 フルーツの ヨーグルトかけ ■ ぶつくら焼き餅 1・1袋 (うまみ塩味)	●牛乳● ▲ デコボン缶詰 2・2個 ■ 動物園クッキー 4・3枚	▲ アップルジュース 200・100ml ポテトグラタン	●牛乳● 10日 ホットケーキ 24日 フルーツ盛り合わせ
昼と3時(手作りおやつ)の材料と量	<ul style="list-style-type: none"> ■ バターロール● ■ スパゲティ 25.00 ● シーチキン缶 15.00 ▲ 玉ねぎ 35.00 ▲ ピーマン 3.00 ▲ 赤ピーマン 3.00 ■ キャノーラ油 1.00 ■ マヨドレ 3.00 しょうゆ(濃) 2.50 ● わかめ 0.70 ● 豆腐(冷) 20.00 ▲ 大根 15.00 ▲ ちんげん菜 10.00 しょうゆ(淡) 5.00 水 180.00 けずりぶし 5.50 手作りおやつ ■ 細切りポテト(冷) 40.00 ■ なたね揚げ油 4.00 塩 少々 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 米 60.00 水 90.00 ● カラスガレイ冷50g 1・1切 塩 0.30 ■ 小麦粉 9.00 水 適量 カレー粉 0.20 ■ なたね揚げ油 5.00 ▲ きゃべつ 40.00 ▲ 人参 10.00 ■ 砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.50 水 12.00 けずりぶし 0.40 ● 豚肉 10.00 ▲ とうがん 30.00 ▲ 玉ねぎ 10.00 ▲ ねぎ 2.00 ● みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 米 60.00 水 90.00 ● 牛肉 25.00 しょうゆ(濃) 1.00 酒 1.00 ▲ 玉ねぎ 20.00 ▲ 人参 15.00 ▲ ちんげん菜 50.00 ▲ コーン缶・ホール 10.00 ■ キャノーラ油 1.00 ■ 砂糖 1.70 しょうゆ(淡) 3.00 ▲ かぼちゃ 30.00 ● わかめ 0.50 ● みそ 6.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 ● プルーンヨーグルト● (80・50g) 1・1個 手作りおやつ ▲ 枝豆 40・30 塩 少々 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 米 60.00 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.70 ● 生鮭(冷)角切 40.00 塩 0.06 酒 0.50 ▲ 人参 10.00 ■ マヨドレ 7.00 しょうゆ(濃) 0.50 ■ ホイルケース 1枚 ▲ 小松菜 50.00 ■ 砂糖 0.25 しょうゆ(濃) 1.20 水 12.00 けずりぶし 0.40 ■ じゃが芋 30.00 ▲ 大根 15.00 ▲ ねぎ 2.00 ● みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 米 60.00 水 90.00 ● 牛肉 25.00 ▲ かぼちゃ 30.00 ▲ なす 20.00 ▲ 玉ねぎ 15.00 ▲ 人参 10.00 ▲ セロリー 2.00 ■ キャノーラ油 2.00 塩 0.10 水 180.00 ポークブイオン 1.80 カレーウ 8.00 トマトケチャップ 3.00 ● スキムミルク● 2.00 ぬるま湯 2.00 しょうゆ(淡) 1.00 ▲ グリンピース(冷) 2.00 ■ ビーフン 12.00 ● ロースハム 10.00 ▲ 玉ねぎ 15.00 ▲ 人参 5.00 ▲ ちんげん菜 5.00 ■ キャノーラ油 0.50 オイスターソース 2.00 しょうゆ(濃) 0.70 酒 1.50 水 10.00 手作りおやつ ▲ りんご缶詰 10.00 ▲ みかん缶詰 20.00 ▲ パイン缶詰低糖 20.00 ● ヨーグルト● 40・20 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 米 60.00 水 90.00 ● 大豆(缶)ドライ 10.00 ● 豚肉 20.00 ■ じゃが芋 40.00 ▲ 人参 20.00 ▲ 玉ねぎ 25.00 ■ キャノーラ油 2.00 水 40.00 けずりぶし 1.20 ■ 砂糖 2.00 しょうゆ(濃) 1.70 トマトケチャップ 8.50 ウスターソース 1.70 ■ 焼ふ 2.00 ▲ 小松菜 15.00 ● みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■ ソフトパン● ■ うどん(ゆで) 80.00 ● 牛肉 20.00 ▲ 人参 10.00 ▲ 玉ねぎ 15.00 ▲ ねぎ 2.00 しょうゆ(淡) 4.50 しょうゆ(濃) 3.00 水 180.00 だし昆布 0.30 水 5.50 けずりぶし 5.50 ● ひじき 3.00 ● 油揚げ(冷) 3.00 ▲ 人参 10.00 ▲ 干しいたけ 0.50 ■ キャノーラ油 1.20 ■ 砂糖 2.00 しょうゆ(淡) 1.00 しょうゆ(濃) 0.70 水 21.00 だし昆布 少々 けずりぶし 0.60 ▲ 小松菜 10.00 ● プルーンヨーグルト● (80・50g) 1・1個 手作りおやつ ■ フライドポテト冷 35.00 ● シーチキン缶 10.00 ▲ 玉ねぎ 7.00 ■ キャノーラ油 少々 ▲ グリンピース(冷) 2.00 ▲ コーン缶・ホール 8.50 ■ マヨドレ 10.50 ● 牛乳● 3.50 ■ ホイルケース 1枚 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 米 60.00 水 90.00 ● 牛肉 25.00 酒 1.00 しょうゆ(濃) 0.50 ▲ なす 20.00 ▲ 玉ねぎ 20.00 ▲ 人参 15.00 ▲ 土しょうが 0.20 ■ キャノーラ油 1.30 ▲ 三度豆 5.00 水 26.00 けずりぶし 0.80 ■ 砂糖 1.70 しょうゆ(濃) 2.60 塩 0.10 ■ かたくり粉 1.00 水 2.00 ● 豆腐(冷) 30.00 ▲ ほうれん草 10.00 ● みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 10日の手作りおやつ ■ ケーキミックス粉 30.00 ■ メープルシロップ 5.00 ■ キャノーラ油 1.00 24日の手作りおやつ ▲ すいか 60.00 ▲ 梨 1/8・1/8個 ▲ 甘夏みかん缶詰 20・20
(保育所での一人当たりの栄養量)								
		0~2歳児		3~5歳児				
		目標	平均	目標	平均			
エネルギー Kcal		470	535	580	587			
たんぱく質 g	15.2~23.4	18.9	18.9~29.0	20.1				
脂質 g	10.4~15.6	16.2	12.9~19.3	16.3				
カルシウム mg	220	289	260	257				
鉄 mg	2.2	2.1	2.4	3.1				
ビタミンA μgRAE	200	241	220	266				
ビタミンB1 mg	0.25	0.26	0.31	0.29				
ビタミンB2 mg	0.29	0.41	0.35	0.38				
ビタミンC mg	17	32	18	40				
食塩相当量 g	1.5未満	1.9	1.8未満	2.2				
食物繊維 g	3.5	3.1	4.4	3.9				




平成28年8月 高槻市立保育所給食献立表

	12(金)	13(土)	15(月)	16(火)	17(水)	19(金)	20(土)	22(月)
10時	●牛乳● ■ミニアスパラガス ビスケット 4g	●牛乳● ■野菜スナック 4g	●牛乳● ■畑のクラッカー 5g	●牛乳● ■キヌアあられ塩味 5g	●牛乳● ■ミニどうぶつビスケット 2個	●牛乳● ■ミニアスパラガス ビスケット 4g	●牛乳● ■野菜スナック 4g	●牛乳● ■畑のクラッカー 5g
昼	ごはん(しそふりかけ) 五目ごまいため みそ汁	ツナマヨしょうゆ スパゲティ わかめのスープ ジュース	ごはん(かつおふりかけ) 磯うどん かぼちゃの含め煮	ごはん 大豆のケチャップ いため煮 みそ汁	カレーライス 煮びたし	ごはん(かつおふりかけ) 肉じゃがごま風味 すまし汁	ごはん 肉とちんげん菜の いため物 みそ汁	バターロール 磯うどん かぼちゃの含め煮
3時	●牛乳● ▲甘夏みかん缶詰 40・32g ■ぷっくら焼き餅 1・1袋 (うまみ塩味)	●牛乳● ▲デコボン缶詰 2・2個 ■動物園クッキー 4・3枚	●牛乳● ▲みかん缶詰 40・32g ■ぱりんこ(しお味) 2・1袋	●牛乳● ▲パイン缶詰低糖 6・4個 ■昆布おかき 2・1袋	●牛乳● ホットケーキ	●牛乳● カレー蒸しパン	●牛乳● ▲デコボン缶詰 2・2個 ■動物園クッキー 4・3枚	●牛乳● ライスグラタン
昼と3時(手作りおやつ)の材料と量	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.70 ●シーチキン缶 20.00 ▲人参 12.00 ▲きゃべつ 35.00 ▲玉ねぎ 15.00 ■はるさめ 3.00 ■キャノーラ油 0.80 ■砂糖 0.24 しょうゆ(濃) 3.60 ■白ごま 0.80 ■焼ふ 2.00 ▲かぼちゃ 30.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■スパゲティ 37.00 ●シーチキン缶 22.00 ▲玉ねぎ 35.00 ▲ピーマン 5.00 ▲赤ピーマン 5.00 ■キャノーラ油 1.50 ■マヨドレ 4.00 しょうゆ(濃) 3.30 ●わかめ 0.70 ■じゃが芋 30.00 ▲ちんげん菜 10.00 しょうゆ(淡) 5.00 水 180.00 けずりぶし 5.50 ▲野菜ジュース (100ml) 1・1個 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 40.00 水 60.00 かつおふりかけ 0.60 ■干しうどん 26.00 ●豚肉 20.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲人参 5.00 ▲干しいたけ 0.50 ●わかめ 0.50 ■砂糖 0.60 本みりん 1.00 塩 少々 しょうゆ(淡) 6.00 ▲ねぎ 2.00 水 180.00 だし昆布 0.30 けずりぶし 5.50 ▲かぼちゃ 70.00 ■砂糖 2.00 しょうゆ(淡) 1.50 しょうゆ(濃) 1.00 水 40.00 だし昆布 少々 けずりぶし 1.20 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●大豆(缶)ドライ 10.00 ●シーチキン缶 20.00 ■じゃが芋 40.00 ▲人参 20.00 ▲玉ねぎ 25.00 ■キャノーラ油 2.00 水 40.00 けずりぶし 1.20 ■砂糖 2.00 しょうゆ(濃) 1.70 トマトケチャップ 8.50 ウスターソース 1.70 ■焼ふ 2.00 ▲小松菜 15.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●牛肉 25.00 ▲かぼちゃ 40.00 ▲玉ねぎ 30.00 ■キャノーラ油 0.50 塩 0.10 水 150.00 カレールー 18.00 ▲グリーンピース(冷) 2.00 ▲きゃべつ 40.00 ▲人参 10.00 ▲コーン缶・ホール 5.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.50 水 12.00 けずりぶし 0.40 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 30.00 ■メープルシロップ 5.00 ■キャノーラ油 1.00 ▲とうがん 30.00 ▲ほうれん草 10.00 しょうゆ(淡) 5.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 24.00 カレー粉 0.11 ■砂糖 1.60 ●ポークウィンナー 8.00 水 16.00 ■ホイルクース 1枚 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 かつおふりかけ 0.80 ●牛肉 30.00 ■じゃが芋 50.00 ▲玉ねぎ 25.00 ▲人参 15.00 ▲グリーンアスパラ 7.00 ■砂糖 2.40 酒 3.00 しょうゆ(淡) 4.00 しょうゆ(濃) 1.00 本みりん 1.60 ■ねりごま 2.00 ■キャノーラ油 1.00 水 40.00 けずりぶし 1.20 ■かたくり粉 0.40 水 0.80 ▲とうがん 30.00 ▲ほうれん草 10.00 しょうゆ(淡) 5.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 手作りおやつ — ■米 16.00 水 24.00 ●ベーコン 5.50 ▲玉ねぎ 11.00 ■キャノーラ油 0.55 ▲コーン缶・クリーム 33.00 ●牛乳● 11.00 塩 0.10 ●粉チーズ● 0.50 ■ホイルクース 1枚 		
	<p>【食品名の印について】</p> <p>食品名の左側についている印は、</p> <ul style="list-style-type: none"> ■……熱や力となるもの ●……血や肉となるもの ▲……体の調子をととのえるもの <p>アレルギー表示のため、卵・乳を含む食品の右側に印をつけています・</p> <ul style="list-style-type: none"> 卵を含む食品……○ 乳を含む食品……● 卵・乳を含む食品……◎ 	<p>3時に使用している果物の量は</p> <p>「3～5歳児・0～2歳児」</p> <p>すいか 60g・48g</p> <p>巨峰 2個・2個</p> <p>*ヨーグルトの時など、組み合わせにより、量が異なることもあります。</p> <p>3時使用の菓子は、3～5歳児量・0～2歳児 量の順です。</p>				<p>★献立の材料は、天候などにより、やむを得ず変更することがありますので、ご了承ください。</p> <p>★離乳の完了(12～18か月頃)は、0～2歳児食を必要に応じて「細かく切る、煮る」などを行っています。</p>		



平成28年8月 高槻市立保育所給食献立表

	23・30(火)	25(木)	27(土)	31(水)
10時	●牛乳● ■キヌアあられ塩味 5g	●牛乳● ■ベビーせんべい 1袋	●牛乳● ■野菜スナック 4g	●牛乳● ■ミニどうぶつビスケット 2個
昼	梅ごはん 魚のサクサク焼 煮びたし みそ汁	ごはん 鶏肉のソース から揚げ 煮びたし すまし汁	ごはん(しそふりかけ) 五目ごまいため みそ汁	ごはん(かつおふりかけ) コーンチャウダー 野菜いため
3時	●牛乳● ▲みかん缶詰 40・32g ■昆布おかき 2・1袋	茶 ●ヨーグルト● ▲巨峰 ■リッツ 3・2枚	●牛乳● ▲甘夏みかん缶詰 40・32g ■動物園クッキー 4・3枚	●牛乳● カレー蒸しパン
昼と3時(手作りおやつ)の材料と量	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ▲梅干し 3.00 「●カラスガレイ冷50g 1・1切 塩 0.10 「ウスターソース 1.70 「マヨドレ 1.70 ■パン粉 7.00 ■キャノーラ油 適量 ●焼豚 5.00 ▲ちんげん菜 50.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 0.24 しょうゆ(濃) 1.40 水 15.00 「けずりぶし 0.45 ■じゃが芋 30.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲みつば 2.00 ●みそ 7.50 水 180.00 「けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 「●鶏もも肉 60.00 ウスターソース 5.00 トマトケチャップ 1.50 「■上新粉 4.00 「かたくり粉 4.00 ■なたね揚げ油 6.00 ▲きゃべつ 40.00 ▲小松菜 10.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.50 「水 12.00 「けずりぶし 0.40 ▲とうがん 30.00 ▲人参 5.00 ●わかめ 0.50 しょうゆ(淡) 5.00 「水 180.00 「けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.70 「●豚肉 25.00 酒 0.60 「しょうゆ(濃) 0.60 ▲人参 12.00 ▲きゃべつ 28.00 ▲ちんげん菜 8.00 ■はるさめ 3.00 ■キャノーラ油 0.80 「■砂糖 0.24 しょうゆ(濃) 3.60 ■白ごま 0.80 ■焼ふ 2.00 ▲かぼちゃ 30.00 ●みそ 7.50 水 180.00 「けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 かつおふりかけ 0.80 ●シーチキン缶 20.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 15.00 ■じゃが芋 40.00 ■キャノーラ油 1.50 水 120.00 ポークブイヨン 1.20 ●ほたて貝柱缶 3.00 ▲コーン缶・クリーム 30.00 塩 0.70 「■上新粉 3.50 水 11.00 ●牛乳● 40.00 ▲きゃべつ 40.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲人参 5.00 ▲きゅうり 5.00 ■キャノーラ油 0.50 しょうゆ(濃) 1.20 オイスターソース 1.20 — 手作りおやつ — 「■ケーキミックス粉 24.00 「カレー粉 0.11 「■砂糖 1.60 ●ポークウインナー 8.00 水 16.00 ■ホイルケース 1枚
<p>10時は0～2歳児だけです。 材料の分量は3～5歳児分で、0～2歳児は3～5歳児の約80%です。 材料の分量の単位は「g」です。</p> <p>10時と3時の牛乳は、 ・10時……0～2歳児100ml ・3時……3～5歳児170ml・0～2歳児100mlです。 3時のヨーグルト・ゼリーは、3～5歳児・0～2歳児とも1個です。</p> <p>昼の主食は ・パンの量……3～5歳児50g・0～2歳児40g (ただし麺類の時は量を減らしてします)</p>				