

2022年 2月






献立表



幼保連携型認定こども園

大関保育園

日付	曜日	献立	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 ○は未測定	材料名 (◎は10時のおやつ ○は午後のおやつ)			10時のおやつ	3時のおやつ	お知らせ
				熱と力になる	血や肉や骨になる	体の調子を整える			
1	火	白菜の味噌汁 県産ポーク入りコロッケ 春雨の炒め物	390.8(421.4) 15.2(13.2) 21.5(14.7) 34.1(59.2) 1.5(1.0)	◎たべっこどうぶつ、油 米、春雨、ごま油、三温糖 県産ポーク入りコロッケ 白ごま	○牛乳、うすあげ 煮干し、味噌、牛肉 ○おしゃぶり昆布	◎バナナ 白菜、人参、えのき もやし、ピーマン	お茶 くだもの	牛乳 ビスケット 昆布	
2	水	肉じゃが 焼鯖 ほうれん草サラダ	426.1(488.4) 19.6(17.4) 21.3(18.2) 39.0(63.8) 1.9(1.3)	◎Ca&Fe入りおこめリング甘口しょうゆ ○ホットケーキ粉、○油、○粉糖 じゃが芋、油、三温糖、米 ノンエッグマヨネーズ	◎牛乳、○絹豆腐 牛肉、焼鯖、ロースハム	人参、玉ねぎ、いんげん ほうれん草、コーン	牛乳 せんべい	お茶 ♥豆腐ドーナツ	
3	木	打ち豆入り味噌汁(おばあちゃんレシピ) いわしの梅煮 キャベツサラダ ゼリー	309.7(398.4) 15.8(12.7) 11.6(8.6) 35.5(67.5) 1.8(1.2)	○えいせいボーロ ノンエッグマヨネーズ、米	○牛乳 打ち豆、煮干し、味噌 いわしの梅煮、ロースハム	◎気になる野菜アップル&キャロット みかんゼリー、玉ねぎ 人参、大根、白ねぎ キャベツ、コーン	野菜ジュース ボーロ	牛乳	おばあちゃんの味の日
4	金	野菜のスープ煮 厚焼きたまご ひじきの炒め煮	360.7(448.6) 11.8(11.0) 17.2(14.2) 39.8(69.2) 1.7(1.1)	◎アンパンマンの幼児用ビスケット じゃが芋、油、三温糖 米	○脱脂粉乳 ベーコン、料亭風たまごやき うすあげ、若鶏肉、ひじき	かぶ、玉ねぎ、人参 小松菜、干し椎茸	お茶 ビスケット	お茶 ♥ヨーグルト	
7	月	親子煮 焼鯖 ほうれん草のごま和え	399.3(429.0) 22.3(16.6) 17.5(12.4) 38.1(62.7) 2.1(1.3)	○かりんとリング じゃが芋、三温糖、油 米、白ごま	○まめびよ(ココア) 若鶏肉、赤かまぼこ、液卵 焼鯖	◎みかん 人参、玉ねぎ、生椎茸 白ねぎ、ほうれん草 もやし	お茶 くだもの	豆乳(ココア) かりんとう	
8	火	かぶの味噌汁 チキンカツ スパゲティ-サラダ りんご	366.3(412.6) 15.3(11.6) 11.4(7.2) 50.6(75.3) 1.8(1.3)	◎カルシウム塩せんべい ○カステラ、油、三温糖 スパゲティ-、米 ノンエッグマヨネーズ	煮干し、味噌 若鶏肉、ムネFさくフリフライ ロースハム、ワカメ	◎幼児ぶどう かぶ、人参 白ねぎ、きゅうり、コーン りんご	ジュース せんべい	お茶 カステラ	
9	水	ふわふわ卵スープ(ペンギン組リクエスト♥) 肉団子 白菜のナムル	336.4(442.5) 13.0(14.1) 11.1(12.1) 46.2(69.2) 1.7(1.2)	◎たべっこベイビー、 ○米、パン粉、ごま油、米	液卵、粉チーズ、ベーコン FMたれ付き肉団子(ケチャップ)	◎広島菜使用ひろし 人参、玉ねぎ、パセリ粉 白菜、きゅうり	牛乳 ビスケット	お茶 ♥おにぎり	ペンギン組 リクエスト給食♡
10	木	手作り弁当 	51.1(45.2) 0.5(0.4) 1.1(1.4) 9.8(7.8) 0.2(0.1)	◎メープルビスケット ○ぼたぼた焼き			お茶 ビスケット	お茶 せんべい	
14	月	コーンスープ ハートのコロッケ ピーマンと野菜のソテー	421.1(417.0) 14.3(12.2) 20.5(13.7) 44.8(61.2) 2.0(1.4)	○ムーンライト 油、ピーマン、米	○牛乳 ベーコン、若狭牛コロッケ 豚肉	◎りんご 玉ねぎ、人参、クリームコーン缶 コーン、パセリ粉、キャベツ しめじ、ピーマン	お茶 くだもの	牛乳 クッキー	
15	火	肉入りごぼう汁 カラスガレイ照り焼き さつま芋のサラダ	309.0(381.7) 19.0(14.3) 8.5(7.8) 39.1(63.5) 1.3(1.0)	◎マンナウエファー ○ホットケーキ粉 糸こんにゃく、木綿豆腐 さつま芋、ノンエッグマヨネーズ、米	うすあげ、牛肉 削り節、昆布 カラスガレイの照り焼き ロースハム	○小松菜、○人参 ごぼう、人参、白ねぎ きゅうり、コーン	お茶 ウエハース	お茶 ♥小松菜&人参 蒸しパン	
16	水	炊き合わせ ポテトサラダ ふりかけ昆布 バナナ	309.8(309.8) 12.7(9.9) 16.3(5.6) 1.2(0.9) 2.2(1.5)	米、三温糖、マカロニ、じゃがいも ノンエッグマヨネーズ ◎一口しょうゆせん ◎ハッピーダーン	ふりかけ昆布、厚揚げ、昆布	大根、人参、バナナ、きゅうり 椎茸、いんげん	お茶 せんべい	お茶 揚げあられ	本堂参拝
17	木	かきたま汁 豚肉のケチャップ炒め マカロニサラダ	407.8(480.4) 19.0(17.9) 20.3(19.5) 37.2(58.4) 1.5(1.3)	○いちごジャム 片栗粉、油、三温糖 マカロニ、ノンエッグマヨネーズ 米	◎型抜きチーズディズニー ◎牛乳、○生クリーム、○アガー 液卵、削り節、昆布、豚肉 ロースハム	◎いちご えのき、小松菜、白ねぎ 玉ねぎ、ピーマン、人参 きゅうり、コーン	お茶 チーズ	お茶 ♥いちごみるくゼリー パフェ	ペンギン組 リクエストおやつ♡
18	金	ポークビーンズ ぎょうざ かぶときゅうりの昆布和え いよかん	562.5(449.4) 17.5(11.9) 20.6(14.5) 76.7(67.9) 2.1(1.6)	○ミニクワッサン じゃが芋、油、三温糖、米	○牛乳 ゆで大豆、豚肉 学級ぎょうざ、塩昆布	◎飲む野菜とデザートに 玉ねぎ、人参、トマトピューレ パセリ粉、かぶ、きゅうり いよかん	野菜ジュース	牛乳 ★ミニクワッサン	
21	月	八宝菜 あじさんがフライ 春雨サラダ	370.3(408.5) 12.2(10.5) 15.6(11.3) 45.2(66.3) 1.7(1.1)	◎国産野菜のかりんとう ○星たべ ごま油、片栗粉 春雨、ノンエッグマヨネーズ 米	豚肉、赤かまぼこ あじさんがフライ、ロースハム	◎野菜ジュース 白菜、竹の子、人参 玉ねぎ、干し椎茸 きゅうり	お茶 かりんとう	野菜ジュース せんべい	
22	火	ミネストローネスープ 照り焼きチキン スパゲティ-ソテー	468.2(498.5) 16.5(14.8) 23.9(17.6) 46.9(70.3) 2.8(2.0)	◎アンパンマンの醤油せんべい ○さつま芋、○油、○グラニュー糖 じゃが芋、油、米 スパゲティ-、オリーブ油	◎牛乳、○バター ベーコン、照り焼きチキン シャウエッセン	玉ねぎ、人参、セロリー トマトピューレ、小松菜 しめじ	牛乳 せんべい	お茶 ♥キャラメルポテト	
24	木	ビーフカレー オムレツ プロッコリー-サラダ 福神漬け	398.2(521.8) 11.5(16.0) 19.4(19.5) 44.3(70.5) 2.1(1.7)	◎ソフトな塩せん ○アンパンマンの揚げせんべい じゃが芋、油、ノンエッグマヨネーズ 米粉、米	○牛乳、○煮干し 牛肉、Caたっぷりオムレツ ロースハム	玉ねぎ、人参、コーン グリーンピース、生姜、にんにく 福神漬け、プロッコリー	お茶 せんべい	牛乳 揚げあられ 煮干し	
25	金	五目寿司 鶏の唐揚げ 味噌汁 きゅうりスティック くだもの 	597.2(482.8) 18.7(13.11) 21.6(14.73) 81.9(73.7) 2.1(1.8)	米、三温糖、唐揚げ粉、油 ○ロールケーキ	凍り豆腐、うすあげ、ひじき 絹豆腐、わかめ、削り節 鶏肉、味噌	干し椎茸、えのきだけ、柿 きゅうり、人参、かんぴょう デコポン、いちご ◎アンパンマンジュース	ジュース	お茶 ★ロールケーキ	誕生会 坂井市産米の日 
28	月	ピピンバ 豆腐入りすまし汁 ポイルウインナー ミニデザート	529.3(489.9) 16.3(12.5) 21.6(19.2) 67.5(66.7) 1.7(1.3)	○フレンジクレープ(いちご) ごま油、三温糖、米 お米のババロア(豆乳・みかん)	絹豆腐、ワカメ、削り節、昆布 シャウエッセン、牛肉、すりごま	◎バナナ 玉ねぎ、白ねぎ、生姜 ほうれん草、もやし、人参	お茶 くだもの	お茶 クレープ(いちご)	

ごはんのいない日・・・25日(金)

物資の都合により、献立の一部を変更することがありますので、ご了承ください。

♥は手作りおやつです。

★は坂井市のケーキ屋、パン屋で作られたものです。