



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 ○は未満地	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	木	ハッシュドビーフ ポイルウインナー きゅうりの中華漬け	380.8(398.3) 14.0(11.2) 19.3(13.3) 37.8(58.4) 3.1(2.1)	米、油、ごま油、三温糖 ○米	牛肉、シャウエッセン ○炊き込みわかめ	玉ねぎ、人参、きゅうり マッシュルーム グリーンピース	お茶 せんべい	お茶 α米おにぎり (わかめ)	 防災の日
2	金	けんちん汁 カラスガレイの照り焼き 和風スパゲティー ミディトマト	297.8(352.5) 21.4(16.4) 13.7(11.6) 22.3(45.7) 1.1(0.7)	米、ごま油、スパゲティー オリーブ油、○シリアル ◎マンナウエハース	絹豆腐、うすあげ、ベーコン カラスガレイの照り焼き 鶏肉、削り節、○脱脂粉乳	人参、ごぼう、玉ねぎ ピーマン、ミディトマト	お茶 ウエハース	お茶 ♥シリアルの ヨーグルトかけ	
5	月	コーンスープ きのこのミンチカツ キャベツとりんごのサラダ	358.9(395.4) 9.7(8.2) 13.9(8.7) 48.8(71.1) 1.7(1.1)	米、油、三温糖 ◎マンナポーロ ○北越サラダかきもち	ベーコン、きのこメンチカツ ○飲むヨーグルト	クリームコーン缶、コーン 玉ねぎ、人参、キャベツ きゅうり、りんご	お茶 ポーロ	飲むヨーグルト かきもち	
6	火	チャプスイ アンサンプルエッグ 小松菜のナムル	268.0(321.0) 12.9(10.8) 13.7(9.6) 23.8(47.9) 1.7(1.2)	米、油、片栗粉、白ごま ○中半月	厚揚げ、豚ひき肉、牛ひき肉 アンサンプルエッグ ○おしゃぶり昆布	干し椎茸、人参、玉ねぎ 白ねぎ、小松菜、もやし たけのこ、◎りんご	お茶 くだもの	お茶 あられ 昆布	
7	水	親子煮 コーンしゅうまい ひじきとキャベツのサラダ アールスメロン	306.7(435.4) 14.4(16.6) 8.6(6.6) 43.0(77.4) 1.5(1.3)	米、じゃがいも、油、三温糖 ノンエッグマヨネーズ ○いちごジャムパン	◎ジョア（ブルーベリー） 鶏肉、赤かまぼこ、液卵 北海道産コーンしゅうまい ひじき	人参、玉ねぎ、生しいたけ 白ねぎ、キャベツ、メロン むきえだまめ	乳酸飲料	お茶 ★いちご ジャムパン	
8	木	ミネストローネスープ あじフライ 糸こんにゃくの酢の物	338.9(378.2) 14.8(12.0) 17.5(13.0) 30.5(53.2) 2.0(1.5)	◎ソフトせんべい、三温糖 油、糸こんにゃく、ごま油 ○ルヴァンクラッカー じゃがいも	ベーコン、あじ松葉開きフライ ロースハム、○牛乳	玉ねぎ、人参、セロリー トマトピューレ、きゅうり もやし	お茶 せんべい	牛乳 クラッカー	
9	金	中華スープ ぎょうざ ホイコーロー風炒め物	240.4(329.7) 11.4(10.8) 11.4(10.4) 23.1(48.1) 1.4(0.9)	◎メープルビスケット ショートマロニー、油、三温糖 ○じゃがいも、○片栗粉	絹豆腐、ベーコン、豚肉 学給ぎょうざ、○粉チーズ ○とろけるチーズ、味噌 ○牛乳	玉ねぎ、人参、もやし キャベツ、ピーマン ○ほうれん草	お茶 ビスケット	牛乳 ♥ほうれん草の ポテトボール	
12	月	じゃがいもの味噌汁 鶏肉のバーベキューソース 小松菜サラダ	357.6(421.2) 19.9(17.4) 18.3(13.4) 28.4(57.8) 1.9(1.5)	じゃがいも、三温糖 ノンエッグマヨネーズ ○マリービスケット	うすあげ、味噌、鶏肉 ロースハム、○牛乳 煮干し	玉ねぎ、白ねぎ、小松菜 人参、コーン ◎幼児用りんごジュース	ジュース	牛乳 ビスケット	
13	火	野菜とトマトのスープ 坊ちゃんかぼちゃコロッケ 卵の花（おばあちゃんレシピ）	353.3(387.4) 13.3(11.7) 16.4(11.1) 38.1(60.1) 2.2(1.5)	◎アンパンマンんお米ボール オリーブ油、油、三温糖 ○プチたい焼き	ベーコン 坊ちゃんかぼちゃコロッケ おから、竹輪、うす揚げ ○牛乳	キャベツ、人参、トマト ごぼう、白ねぎ、干し椎茸	お茶 あられ	牛乳 たいやき	おばあちゃん味の日
14	水	酢豚風 オムレツ ブロッコリーサラダ	269.2(321.9) 11.6(11.1) 10.8(7.9) 31.4(51.7) 1.4(1.1)	◎ソフトな塩せん、三温糖 片栗粉、ノンエッグマヨネーズ ○ロアンヌバニラ	豚肉、ブレーンオムレツ 竹輪	人参、玉ねぎ、たけのこ 干し椎茸、ピーマン パイン缶、ブロッコリー	お茶 せんべい	お茶 ゴーフル	
15	木	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(3.9) 16.3(5.6) 1.2(0.9) 2.2(1.5)	米、三温糖、マカロニ ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	ふりかけ昆布、厚揚げ、昆布 ◎型抜きチーズ ○豆乳ゼリー	大根、人参、バナナ、きゅうり 椎茸、いんげん ○桃缶、○パイン缶 ○みかん缶 ○あわせるゼリー	お茶 チーズ	お茶 ♥フルーツ杏仁	本堂参拝
16	金	打ち豆入り豆乳ポタージュ 照り焼きチキン ごま和え ぶどうゼリー	463.1(398.1) 15.1(10.8) 12.5(9.0) 72.7(68.5) 1.5(1.0)	じゃがいも、上新粉、白ごま オリーブ油、○三温糖 ○餃子の皮	シャウエッセン、打ち豆 無調整豆乳、照り焼きチキン	◎オレンジジュース 人参、玉ねぎ、コーン ぶどうゼリー、ほうれん草 もやし、クリームコーン缶 バセリ○かぼちゃ、○レーズン	ジュース	お茶 ♥パンブキンバイ	
20	火	さつま汁 いわしのおろし煮 春雨サラダ	322.3(380.0) 14.8(12.5) 11.6(8.4) 39.7(63.6) 2.2(1.5)	◎えびちび、さつま芋、春雨 ○ホットケーキ粉 ノンエッグマヨネーズ	うすあげ、いわしのおろし煮 ロースハム、○牛乳 ○プロセスチーズ 煮干し	玉ねぎ、人参、白ねぎ きゅうり、○人参 ○ピーマン	お茶 せんべい	お茶 ♥人参とピーマンの 蒸しパン	
21	水	ポトフ 手作りハンバーグ きゅうりのおかか和え	335.8(387.3) 15.3(12.3) 19.0(12.9) 25.9(55.6) 1.4(1.0)	米、じゃがいも、パン粉 ○たべっこどうぶつ、油	鶏肉、シャウエッセン、牛肉 豚肉、卵、○牛乳、糸かつお節	◎国産みかんゼリー 玉ねぎ、人参、キャベツ しめじ、きゅうり、もやし	お茶 ゼリー	牛乳 ビスケット	
22	木	かきたま汁 豚肉のアップルソース煮 切り干し大根のサラダ	286.2(377.2) 19.5(17.5) 13.3(10.7) 22.2(52.6) 1.6(1.2)	片栗粉、三温糖、白ごま	○豆乳（まめびよ）、液卵 昆布（だし用）、削り節 豚肉、ロースハム ○ミニフィッシュ	◎バナナ、えのきたけ 白ねぎ、りんご、玉ねぎ 切り干し大根、キャベツ	お茶 くだもの	豆乳 ミニフィッシュ	
26	月	ポークビーンズ 焼鯖 もやしのゆかり和え	334.8(415.2) 22.3(17.2) 13.8(10.4) 30.4(63.3) 1.8(1.2)	じゃがいも、油、三温糖 ◎マカロニ、○三温糖 ◎チョイス	○きな粉、茹で大豆、豚肉 焼鯖	玉ねぎ、人参、きゅうり もやし、しそふりかけ	お茶 クッキー	お茶 ♥きな粉マカロニ	
27	火	大根の味噌汁 チキンカツ 牛肉と春雨の炒め物	265.2(306.6) 15.4(11.8) 11.0(7.7) 26.1(47.6) 1.3(0.9)	◎星食べよ、春雨、油 三温糖	味噌、削り節、うすあげ 牛肉、チキンカツ ○脱脂粉乳	大根、人参、えのきたけ 白ねぎ、玉ねぎ、ピーマン	お茶 せんべい	お茶 ♥ヨーグルト	
28	水	八宝菜 あじの煮つけ マカロニサラダ	365.4(443.6) 22.0(16.8) 12.0(10.7) 42.5(69.9) 1.9(1.4)	◎アンパンマンのソフトせんべい ノンエッグマヨネーズ、片栗粉 ごま油、マカロニ ○くろ棒カルシウム	豚肉、ロースハム あじの煮つけ、赤かまぼこ ○牛乳	キャベツ、人参、たけのこ 干し椎茸、玉ねぎ、きゅうり コーン	お茶 せんべい	牛乳 くろ棒	
29	木	じゃがいもとあげのそぼろ煮 厚焼き玉子 きゅうりとわかめの酢の物	293.3(368.0) 10.8(10.0) 14.3(11.4) 30.4(56.3) 1.3(1.0)	◎ブレーンビスケット、油 じゃがいも、三温糖、片栗粉 ○源氏パイ	厚揚げ、鶏ひき肉、わかめ 料亭風たまごやき	玉ねぎ、人参、グリーンピース きゅうり、みかん缶	お茶 ビスケット	お茶 パイ	
30	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 梨、オレンジ ◎信州産フルーツジュース	ジュース	お茶 ★ロールケーキ	誕生会 坂井市産米の日



9月1日は防災の日



ごはんのいらない日・・・30日（金）

私たちが災害について考え、心構えを忘れないように制定されました。
日本は、地震や台風・大雨・大雪など多くの自然災害に見舞われています。
とっさの時に困らないように、備蓄を見直し、家族で災害時について話し合っ
てみてはいかがでしょうか。

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。
7・8・9月は手作りお弁当はありません。