

2025年 4月


 献立表
 

幼保連携認定こども園

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 月	えのきのすまし汁 豚肉のしょうが焼き 春雨サラダ	35.9(78.9) 0.3(0.6) 1.5(1.6) 5.2(15.4) 0.1(0.1)	米、油、白ごま、はるさめ ノンエッグマヨネーズ ○星たべよ	わかめ、かつお節(だし用) 豚肉、ロースハム	えのき、白ねぎ、生姜、しめじ 玉ねぎ、ピーマン、きゅうり 人参、○ミックスキャロット	野菜ジュース	お茶 せんべい		
2 火	キャベツの味噌汁 ささみフライ ジャーマンポテト	32.8(392.1) 15.4(12.0) 14.0(11.7) 34.3(59.7) 2.1(1.5)	米、油、オリーブ油、じゃが芋 ○アンパンマンのお野菜せんべい ○バター、○三温糖、○さつま芋	うすあげ、いわし(だし用) ささみフライ、ペーコン ○卵、○牛乳	キャベツ、人参、えのき 玉ねぎ、○りんご	お茶 せんべい	お茶 ♥りんごと さつま芋のケーキ		
3 水	麻婆豆腐 シュウマイ ごま和え	292.2(352.4) 16.1(14.0) 14.7(11.7) 23.9(47.8) 1.7(1.2)	米、油、ごま油、片栗粉 三温糖、○たべっこベイビー ○ハッピーターン	豚ひき肉、絹豆腐、味噌 国産ポークしゅうまい ○牛乳、○たべる煮干し	玉ねぎ、人参、干しいたけ 白ねぎ、きゅうり、もやし	お茶 ビスケット	牛乳 せんべい 煮干し		
4 木	チキンカレー ポイルワインナー フルーツポンチ 福神漬け	235.6(310.4) 14.1(12.5) 9.3(7.4) 23.9(48.3) 1.4(1.1)	米、油、じゃが芋、三温糖 ○前田のクラッカー 米粉	鶏肉、シャウエッセン ○脱脂粉乳	玉ねぎ、人参、とうもろこし グリンピース、生姜、にんにく みかん缶、バナナ、パイント缶 桃缶、福神漬、トマトピューレ ○ジャム	お茶 クラッカー	お茶 ♥ヨーグルト	入園式 	
5 金	豚汁 若狭牛コロッケ ほうれん草のおかか和え	287.7(336.5) 12.1(9.7) 15.0(8.8) 26.0(54.6) 1.5(0.9)	米、油、○ぽんこめバー	豚肉、うすあげ、いわし(だし用) 味噌、若狭牛コロッケ 糸かつお節	人参、大根、白ねぎ、しらたき ほうれん草、もやし ○ジュース(ぶどうとりんご)	ジュース	お茶 ビスケット		
8 月	手作り弁当 	72.0(75.0) 0.7(0.8) 3.7(2.0) 8.9(13.6) 1.8(1.8)	米、○バイシート、○三温糖	○型抜きチーズディズニー		お茶 チーズ	お茶 ♥手作り 源氏バイ		
9 火	コーンポタージュ 照り焼きチキン プロッコリーのごまあえ	240.6(312.8) 11.5(9.6) 7.6(4.9) 31.5(57.6) 1.8(1.3)	米、油、すりごま、三温糖 ○黒棒カルシウム じゃがいも	牛乳、生クリーム、粉チーズ 照り焼きチキン、焼き竹輪	玉ねぎ、人参、パセリ粉 クリームコーン缶、コーン プロッコリー ○バナナ	お茶 くだもの	お茶 黒棒		
10 水	豆腐の味噌汁 焼鮭 ビーフンと野菜のソテー	391.4(407.4) 12.9(10.5) 20.5(13.3) 38.8(61.5) 2.6(1.8)	米、○マンナビスケット、ビーフン 油、○さつま芋	絹豆腐、わかめ、焼鮭 煮干し(だし用)、豚肉、味噌	白ねぎ、キャベツ、人参 しめじ、ピーマン、玉ねぎ、えのき	お茶 ビスケット	お茶 ♥さつま芋 チップス		
11 木	肉じゃが 厚焼き玉子 もやしのナムル	353.0(389.9) 16.1(13.9) 17.1(12.4) 33.6(55.7) 1.8(1.2)	米、○アンパンマンお米ボール ○ホットケーキ粉、三温糖 油、○バター、じゃがいも 白ごま	牛肉、厚焼き玉子、ロースハム ○牛乳	人参、玉ねぎ、いんげん しらたき、もやし、きゅうり コーン	お茶 あられ	牛乳 ♥ホットケーキ		
12 金	コンソメスープ 豆腐ハンバーグ スパゲティーソテー	333.5(373.5) 12.2(10.5) 15.6(11.8) 36.0(56.5) 2.0(1.4)	米、○マンナウエハース スパゲティー、オリーブ油 ○ルヴァンクラッカー	国産鶏の豆腐入りハンバーグ ペーコン、○まめびよ	キャベツ、人参、玉ねぎ しめじ、パセリ粉、小松菜 えのき	お茶 ウエハース	豆乳 クラッカー		
15 月	親子煮 肉団子 キャベツのおかか和え	337.3(390.9) 17.2(14.5) 15.5(13.5) 32.3(52.8) 1.5(1.1)	米、○アンパンマンの揚げせん じゃがいも、油、三温糖 ○マリービスケット	鶏肉、液卵、肉団子 赤かまぼこ、糸かつお節 ○牛乳	人参、玉ねぎ、白ねぎ キャベツ、きゅうり ○いちご	お茶 揚げあられ	牛乳 ♥いちご 食べ比べ ビスケット		
16 火	炊き合わせ ボテトサラダ 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、じゃがいも ノンエッグマヨネーズ ○アンパンマンのソフトせんべい ○ミニひじきあられ	ふりかけ昆布、厚揚げ、昆布 ○飲むヨーグルト	大根、人参、バナナ、きゅうり 椎茸、いんげん	お茶 せんべい	乳酸飲料 あられ	本堂参拝	
17 水	ポークピーンズ 手作りハンバーグ プロッコリーとりんごのサラダ	318.2(390.4) 14.7(13.2) 10.9(8.3) 40.3(65.8) 1.6(1.3)	米、三温糖、油、パン粉 ○マカロニ、○三温糖 ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	○ハイ！チーズ ○きな粉、ゆで大豆 豚肉、牛肉、卵	玉ねぎ、人参、トマトピューレ パセリ粉、プロッコリー りんご	お茶 チーズ	お茶 ♥きな粉マカロニ		
18 木	なめこの味噌汁 ソースヒレカツ 切り干し大根のごま酢和え ももゼリー	312.5(374.5) 16.9(15.5) 9.9(10.2) 39.0(55.0) 1.4(1.2)	米、○マンナボーロ、油 三温糖、白ごま ○うぐいすパン	絹豆腐、ヒレカツ ロースハム	なめこ、人参、白ねぎ きゅうり、切干大根 白桃フレッシュ	お茶 ボーロ	お茶 ★うぐいすパン		
19 金	呉汁（おばあちゃんレシピ） 鯖のみぞれ煮 三色お浸し 清見オレンジ	536.6(398.4) 21.0(14.1) 15.9(10.7) 77.3(61.4) 2.2(1.5)	米、○あまからせん、白ごま ゆで大豆、○ブッヂンプリン	うすあげ、味噌 かつお節（だし用） 鯖のみぞれ煮	大根、人参、白ねぎ ほうれん草、もやし 清見オレンジ	お茶 せんべい	お茶 プリン	おばあちゃん味の日	
22 月	じゃがいもの味噌汁 カラスガレイの照り焼き 春雨サラダ	304.7(344.8) 15.7(12.3) 18.1(12.1) 19.7(46.6) 1.4(0.9)	米、じゃが芋、三温糖 ○ひとくちしようゆせん ○ホットケーキ粉 春雨、ごま油	うすあげ、カラスガレイの照り焼き 煮干し（だし用）、ロースハム ○無調整豆乳、○牛乳	○バナナ、人参、玉ねぎ、白ねぎ きゅうり	お茶 せんべい	牛乳 ♥バナナ蒸しパン		
23 火	ふわふわ卵スープ かぼちゃとさつま芋のコロッケ ワインナーと野菜のソテー	316.1(410.6) 20.9(16.7) 9.5(8.6) 36.7(66.6) 1.7(1.3)	米、○マンナボーロ、パン粉 油、○おにぎりせんべい かぼちゃとさつまいものコロッケ	液卵、粉チーズ、シャウエッセン ペーコン	玉ねぎ、人参、コーン、パセリ粉 キャベツ、ピーマン	お茶 ボーロ	お茶 せんべい		
24 水	ハヤシシチュー オムレツ スナップえんどうのサラダ	319.3(378.8) 7.4(7.5) 17.4(13.2) 33.2(57.6) 1.7(1.3)	米、○ミニアスパラガスビスケット 油、三温糖、ノンエッグマヨネーズ マカロニ、じゃが芋 ○コーンフレーク	牛肉、オムレツ ロースハム ○脱脂粉乳	玉ねぎ、人参、グリンピース マッシュルーム、コーン スナップえんどう トマトピューレ	お茶 ビスケット	お茶 ♥ヨーグルト フレークかけ		
25 木	八宝菜 ぎょうざ きゅうりとわかめの酢の物	360.6(392.5) 11.7(10.4) 18.3(12.4) 37.1(59.8) 2.3(1.6)	米、ごま油、三温糖 ○薄力粉、○バター、○三温糖 片栗粉	豚肉、赤かまぼこ ぎょうざ、わかめ	○人参、玉ねぎ、干しいたけ きゅうり、みかん缶 キャベツ、たけのこ	お茶 くだもの	牛乳 ♥人參クッキー		
26 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	334.7(340.9) 14.1(11.6) 14.9(10.4) 36.1(50.3) 1.7(1.1)	米、三温糖、唐揚げ粉、油 ○ロールケーキ 米	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 きゅうり、人参、かんぴょう いちご、オレンジ	お茶 おかき	お茶 ロールケーキ	誕生会 	
30 火	すまし汁 おさかなナゲット スペゲティーサラダ ミニデザート	564.5(473.1) 18.1(13.4) 21.5(16.4) 74.7(67.9) 2.5(1.8)	米、スペゲティー ノンエッグマヨネーズ ○ごま油、○白ごま	なると、わかめ、昆布（だし用） かつお節（だし用） おさかなナゲット ロースハム ○ちりめんじやこ	玉ねぎ、白ねぎ、きゅうり コーン、ミニデザート ○ほうれん草	野菜ジュース	お茶 ♥ほうれん草と じゃこのおにぎり		

ごはんのいらない日・・・26日（金）

物資の都合により、献立の一部を変更することができますので、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。