

2024年 8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	木	具だくさん味噌汁 ポイルワインナー ピーフンと野菜のソテー	302.3(346.4) 14.2(11.2) 16.5(11.2) 24.2(50.1) 1.8(1.1)	米、◎メープルビスケット、ピーフン	絹豆腐、うすあげ、かつお節(だし用) 味噌、シャウエッセン 豚肉、○豆乳ゼリー (杏仁風味)	人参、大根、白ねぎ キャベツ、たまねぎ、しめじ ピーマン、○桃缶、○パイン缶 ○みかん缶、○あわせゼリー	お茶 ビスケット	お茶 ♥フルーツ杏仁	
2	金	かぼちゃのそぼろ煮 チキンのトマト煮込み もやしのゆかり和え	320.3(412.5) 13.8(12.4) 13.5(12.7) 35.8(62.2) 1.5(1.2)	米、◎ばりんこ減塩、三温糖、片栗粉 オリーブ油、○じゃが芋 ○片栗粉、○ノンエッグマヨネーズ	豚ひき肉、鶏肉、○豆乳 ○糸かつお節	かぼちゃ、玉ねぎ、人参 トマトビュレ、もやし、キャベツ ○青のり	お茶 せんべい	お茶 ♥たこ焼き風ポテト	
5	月	もずくスープ かつおフライ 和風スパゲティソース	339.5(369.5) 11.6(9.3) 12.6(8.5) 44.9(64.1) 1.5(1.0)	米、◎アンパンマンひとくちビスケット スパゲティ、オリーブ油、○くろ棒	ベーコン、かつおフライ シャウエッセン、もずく	玉ねぎ、とうもろこし、人参 しめじ、ピーマン ○野菜ジュース	お茶 ビスケット	野菜ジュース せんべい	
6	火	八宝菜 豆腐ハンバーグ きゅうりの中華漬け	311.9(392.1) 16.9(14.0) 14.8(11.5) 27.7(58.2) 2.0(1.3)	米、ごま油、片栗粉、三温糖 ○ホットケーキ粉、○油	豚肉、赤かまぼこ 国産鶏の豆腐入りハンバーグ ○牛乳、○ロースハム	◎バナナ、キャベツ、たけのこ 人参、玉ねぎ、干しいたけ きゅうり、○とうもろこし	お茶 くだもの	牛乳 ♥コーンパンケーキ	
7	水	野菜のトマト煮 照り焼きチキン 麩の酢味噌和え (おばあちゃんレシピ) すいか	309.0(377.6) 13.1(11.3) 12.6(9.9) 35.8(60.8) 1.8(1.3)	米、◎ばりばりパンキン、三温糖 じゃが芋、角麩	シャウエッセン、照り焼きチキン 味噌、○脱脂粉乳	玉ねぎ、人参、ズッキーニ トマト、きゅうり、すいか ○いちごジャム	お茶 せんべい	お茶 ♥ヨーグルト	おばあちゃん味の日
8	木	肉入りごぼう汁 おやさいミンチカツ コールスローサラダ	358.5(391.0) 16.4(13.5) 20.8(15.0) 26.4(50.5) 1.3(0.9)	米、◎たべっこペイビー、油 ノンエッグマヨネーズ	うすあげ、牛肉、木綿豆腐 かつお節(だし用)、昆布(だし用) 5種の野菜ポークミンチカツ、○牛乳 ○きらずあげ	糸こんにゃく、ごぼう、人参 白ねぎ、キャベツ、きゅうり みかん缶	お茶 ビスケット	牛乳 おからあられ	
9	金	なすの味噌汁 豆乳タンドリーチキン じゃが芋の洋風きんぴら	297.4(377.0) 17.7(15.4) 12.6(10.7) 28.3(54.9) 2.1(1.5)	米、◎カルシウム塩せんべい、油 カレー粉、じゃが芋、○三温糖	うすあげ、煮干し(だし用)、味噌 鶏肉、豆乳、ベーコン、○アガー	なす、玉ねぎ、白ねぎ、人参 ピーマン、○桃缶、○パイン缶 ○みかん缶	お茶 せんべい	お茶 ♥手作りフルーツ ゼリー	
13	火	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、じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 米、◎前田のクラッカー ○そうめん	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 ○トマト、○オクラ	お茶 クラッカー	お茶 ♥冷やしそうめん	本堂参拝
14	水	手作り弁当	76.0(96.3) 1.3(1.6) 1.7(1.8) 13.8(18.4) 0.1(0.2)	◎ソフトな塩せん ○チョイス			お茶 せんべい	お茶 クッキー	希望保育
15	木	手作り弁当	15.1(44.5) 0.3(0.5) 0.1(1.7) 3.3(6.9) 0.0(0.1)	◎ばりんこ減塩 ○元気あまからせん			お茶 せんべい	お茶 せんべい	希望保育
16	金	手作り弁当	68.3(75.5) 0.6(0.7) 2.5(2.8) 10.9(11.8) 0.2(0.1)	◎メープルビスケット ○ソフタサラダ			お茶 ビスケット	お茶 せんべい	希望保育
19	月	ハッシュドビーフ お星さまポテト 小松菜とツナの和え物	489.6(428.7) 12.8(9.3) 20.7(15.9) 63.0(62.1) 1.2(0.9)	米、油、○バイシート、○三温糖 星型ポテト	牛肉、ツナ	玉ねぎ、エリンギ、人参 グリンピース、こまつな、もやし とうもろこし	りんごジュース	お茶 ♥手作り源氏パイ	
20	火	わかめスープ スパニッシュオムレツ ズッキーニと豚肉のソテー	306.1(346.7) 13.3(11.4) 17.9(12.0) 23.0(48.3) 1.6(1.0)	米、◎中半月、オリーブ油 ○メロンパン	わかめ、絹豆腐、ベーコン アンサンブルエッグ、豚肉、○牛乳	玉ねぎ、とうもろこし、白ねぎ ズッキーニ、パプリカ	お茶 おかし	牛乳 ☆メロンパン	
21	水	ポトフ 手作りハンバーグ きゅうりの中華風サラダ	253.1(310.1) 12.9(10.8) 11.8(8.4) 23.8(47.8) 2.0(1.3)	米、パン粉、油、三温糖、ごま油 じゃが芋、○星たべよ	鶏肉、シャウエッセン、牛ひき肉 豚ひき肉、ロースハム、卵	◎バナナ、玉ねぎ、人参 キャベツ、しめじ、きゅうり もやし、○とうもろこし	お茶 くだもの	お茶 ゆでとうもろこし せんべい	
22	木	豚汁 いわしゆずすだちおろし煮 オクラのごま和え メロンゼリー	314.5(363.6) 19.2(14.8) 14.8(10.9) 26.2(51.6) 1.9(1.2)	米、◎マンナポーロ、三温糖 すりごま、○ハッピーターン	豚肉、うすあげ、煮干し(だし用) 味噌、いわしゆずすだちおろし煮 ○牛乳	人参、大根、白ねぎ オクラ、メロンゼリー しらたき	お茶 ポーロ	牛乳 せんべい	
23	金	すまし汁 しゅうまい キャベツとパインのサラダ	262.4(338.8) 14.5(13.3) 14.3(10.5) 18.9(47.9) 1.3(0.9)	米、◎アンパンマンのおこめボール 三温糖、油、○コーンフレーク	赤かまぼこ、わかめ、かつお節(だし用) 昆布(だし用)、国産ポークしゅうまい ○脱脂粉乳	しめじ、白ねぎ、キャベツ パイン缶、きゅうり ○いちごジャム	お茶 あられ	お茶 ♥ヨーグルト フレークかけ	
26	月	けんちん汁 さわら磯辺天ぷら 小松菜のナムル	369.1(362.3) 19.4(14.8) 21.8(13.5) 23.9(45.5) 1.5(1.1)	米、ごま油、白ごま、○チョイス 油	鶏肉、絹豆腐、うすあげ かつお(だし用)、さわらの磯辺天ぷら ○牛乳	◎バナナ、人参、ごぼう 白ねぎ、こまつな、もやし とうもろこし	お茶 くだもの	牛乳 クッキー	
27	火	酢豚風 ハートオムレツ 春雨サラダ	312.5(386.1) 12.4(11.4) 9.2(7.5) 44.9(68.2) 1.9(1.5)	米、油、三温糖、片栗粉 はるさめ、ノンエッグマヨネーズ ○ホットケーキ粉、◎おこめリング	豚肉、ハートブレンオムレツ ロースハム、○プロセスチーズ	人参、玉ねぎ、たけのこ 干しいたけ、ピーマン パイン缶、きゅうり ○トマトジュース	お茶 あられ	お茶 ♥トマト蒸しパン	
28	水	米粉ボタージュ 焼鮭 切り干し大根のソテー 梨	275.6(355.2) 16.1(12.5) 13.6(11.2) 22.1(51.1) 2.0(1.4)	米、◎ルヴァンクラッカー バター、上新粉、オリーブ油 ○ひとくちしょうゆせん	鶏肉、粉チーズ、牛乳、生クリーム ベーコン、焼鮭	玉ねぎ、人参、パセリ粉 とうもろこし、切干大根 ピーマン、しめじ、なし	お茶 クラッカー	お茶 しょうゆせんべい	
29	木	打ち豆入り味噌汁 平つくね マカロニサラダ ふりかけ	282.0(357.4) 11.7(11.6) 9.6(9.2) 37.2(57.1) 1.9(1.6)	米、じゃが芋、ノンエッグマヨネーズ マカロニ、○米、○バター ○白ごま	打ち豆、うすあげ、煮干し(だし用) 国産鶏と根菜の平つくね、味噌 ロースハム すこやかふりかけ (のり) ◎型抜きチーズディズニー	人参、大根、白ねぎ、きゅうり とうもろこし、○人参	お茶 チーズ	お茶 ♥人参おにぎり	
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	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 すいか ○いちごのアイス ◎アンパンマンジュース	野菜ジュース	いちごのアイス	誕生会

ごはんのいらない日・・・30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。