




令和6年9月 さくらの木保育園 献立表



・行事・材料等の都合により献立が変更することもありますのでご了承ください。
 ・1.2歳児は午前中に牛乳を飲みます。

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 材料	栄養価
2 ・ 30 (月)	ごはん 豚肉と玉葱のソテー 切干大根のマヨサラダ 味噌汁 果物	・米 ・豚肉 塩 片栗粉 玉葱 油 ケチャップ ソース ・切干大根 きゅうり 人参 ツナ缶 しょうゆ マヨネーズ ・豆腐 わかめ 長葱 小松菜 煮干 味噌	牛乳 梨のタルトタタン ・小麦粉 梨 バター 牛乳 ベーキングパウダー グラニュー糖 シナモン	エネルギー 589kcal たんぱく質 20.5g
3 (火)	ロールパン かじきの チーズパン粉揚げ レタスサラダ ほうれん草のスープ 果物	・■ロールパン ・かじき 小麦粉 パン粉 粉チーズ パセリ粉 油 ・レタス きゅうり ベーコン コーン缶 しょうゆ りんご酢 三温糖 オリーブ油 玉葱 ・ほうれん草 人参 玉葱 昆布鰹節 しょうゆ 塩	牛乳 ふかし芋 ・さつま芋	エネルギー 503kcal たんぱく質 21.4g
4 ・ 18 (水)	ごはん 鶏肉の味噌煮 小松菜のお浸し 田舎汁 果物	・米 ・鶏肉 塩 えのき しめじ 玉葱 味噌 みりん ・小松菜 人参 油揚げ 鰹節 しょうゆ 三温糖 ・大根 人参 里芋 豆腐 昆布鰹節 しょうゆ 塩	牛乳 変わりピザ ・ぎょうざの皮 ベーコン チーズ ケチャップ ピーマン コーン缶 玉葱	エネルギー 504kcal たんぱく質 24.2g
5 ・ 19 (木)	冷やし中華 揚げごぼう もやしのナムル 果物	・生中華麺 焼き豚 人参 きゅうり コーン缶 冷やし中華のたれ ・ごぼう 片栗粉 油 三温糖 しょうゆ ・ほうれん草 もやし 胡麻油 しょうゆ 胡麻	牛乳 わかめおにぎり ・米 炊き込みわかめ	エネルギー 561kcal たんぱく質 17.3g
6 ・ 20 (金)	ごはん 豚肉となすの炒め物 ゆで野菜 けんちん汁 果物	・米 ・豚肉 なす ピーマン 油 生姜 しょうゆ 三温糖 酒 ・キャベツ ブロccoli 人参 ・大根 人参 ごぼう 豆腐 長葱 胡麻油 昆布鰹節 しょうゆ 塩	牛乳 ガーリックトースト ・フランスパン にんにく オリーブ油 パセリ	エネルギー 505kcal たんぱく質 20.2g
7 ・ 21 (土)	あんかけうどん 里芋の煮物 蒸し野菜 牛乳 果物	・乾麺 豚肉 白菜 玉葱 もやし 人参 生姜 にんにく 胡麻油 酒 塩 しょうゆ 三温糖 片栗粉 昆布鰹節 ・里芋 三温糖 しょうゆ ・キャベツ 人参 ・牛乳	牛乳 クラッカー せんべい	エネルギー 506kcal たんぱく質 19.7g
9 (月)	ごはん さんまの塩焼き ひじきの五目煮 豚汁 果物	・米 ・さんま 塩 ・ひじき こんにやく 人参 いんげん しょうゆ 三温糖 酒 鰹節 ・豆腐 豚肉 大根 里芋 人参 ごぼう 長葱 小松菜 煮干 味噌	牛乳 野菜チップス ・れんこん 南瓜 さつま芋 油 塩	エネルギー 546kcal たんぱく質 20.0g

●卵・乳を含みます ▲卵を含みます ■乳を含みます

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 食材	栄養価
10 ・ 24 (火)	ぶどうパン バジルチキン フレンチサラダ 野菜スープ 果物	<ul style="list-style-type: none"> ■ぶどうパン ・鶏肉 にんにく こしょう オリーブ油 レモン果汁 塩 バジル ・キャベツ きゅうり みかん缶 酢 三温糖 塩 オリーブ油 ・白菜 人参 玉葱 昆布鰹節 しょうゆ 塩 	牛乳 きのことねぎのパスタ ・スパゲティ 油 ベーコン しめじ 舞茸 赤ピーマン 長葱 三温糖 しょうゆ 海苔	エネルギー 524kcal たんぱく質 22.8g
11 ・ 25 (水)	ごはん  スウェーデン風 ミートボール マッシュポテト きのことスープ 果物	<ul style="list-style-type: none"> ・米 ・豚肉 玉葱 塩 ナツメグ 酒 パン粉 牛乳 小麦粉 生クリーム しょうゆ コンソメ ・じゃが芋 人参 コーン缶 パセリ粉 バター 塩 ・えのき しめじ 玉葱 ほうれん草 昆布鰹節 しょうゆ 塩 	牛乳 シナモンロール ・強力粉 三温糖 塩 イースト シナモン 粉糖	エネルギー 569kcal たんぱく質 20.4g
12 (木) ・ 27 (金)	ごはん 鮭のチーズ照り焼き ブロッコリーの おかか和え 具だくさん味噌汁 果物	<ul style="list-style-type: none"> ・米 ・鮭 しょうゆ 三温糖 みりん 酒 片栗粉 チーズ パセリ粉 ・ブロッコリー 鰹節 しょうゆ ・人参 大根 長葱 ごぼう 豆腐 こんにゃく 煮干 味噌 	牛乳 かぼちゃねじりパイ ・パイシート 南瓜 バター 三温糖 グラニュー糖	エネルギー 572kcal たんぱく質 24.6g
13 (金)	ねばねばうどん 里芋フライ カリフラワーの ゆかり和え トマト 果物	<ul style="list-style-type: none"> ・うどん 昆布鰹節 塩 しょうゆ みりん 納豆 長葱 しょうゆ オクラ 海苔 ・里芋 しょうゆ 生姜 にんにく 片栗粉 油 ・カリフラワー ゆかり ・トマト 	牛乳 ビビンバ風混ぜごはん ・米 鶏肉 油 しょうゆ 酒 三温糖 もやし 人参 ほうれん草 しょうゆ 胡麻油	エネルギー 506kcal たんぱく質 20.5g
14 ・ 28 (土)	ロールパン ローストチキン キャベツのサラダ 牛乳 果物	<ul style="list-style-type: none"> ■ロールパン ・鶏肉 玉葱 にんにく 生姜 しょうゆ 三温糖 油 ・キャベツ 人参 きゅうり コーン缶 酢 三温糖 塩 油 ・牛乳 	牛乳 せんべい ■ビスケット	エネルギー 551kcal たんぱく質 23.1g
17 (火) 十五 夜 	ごま塩ごはん まんまるつくね れんこんと人参の きんぴら なめこ汁 果物	<ul style="list-style-type: none"> ・米 黒ごま 塩 ・鶏肉 玉葱 生姜 三温糖 しょうゆ 酒 片栗粉 油 みりん ・人参 れんこん 胡麻油 しょうゆ 三温糖 胡麻 小松菜 ・豆腐 なめこ 長葱 小松菜 煮干 味噌 	牛乳 お月見うさぎの スイートポテト ・さつまいも 三温糖 牛乳 バター ココア	エネルギー 576kcal たんぱく質 20.4g
26 (木) 誕生 会 	カレーピラフ コーンフレークチキン ツナトマトサラダ オニオンスープ 果物	<ul style="list-style-type: none"> ・米 豚肉 人参 コーン缶 ピーマン 塩 カレー粉 ケチャップ ソース ・鶏肉 しょうゆ 生姜 にんにく 油 小麦粉 コーンフレーク ・トマト きゅうり カリフラワー ツナ缶 酢 三温糖 塩 ・玉葱 人参 昆布鰹節 しょうゆ 塩 	りんごジュース ロールケーキ ・卵 三温糖 小麦粉 バター 牛乳 生クリーム いちごパウダー	エネルギー 558kcal たんぱく質 20.1g