

令和6年12月の給食予定献立表

幼保連携型認定こども園 千代田幼稚園

未満児食用

静岡給食センター

日	曜日	区分	献立	赤色の食品	黄色の食品	緑の食品	その他 (調味料等)	エネルギー たんぱく質 脂質			
				からだを作る	エネルギーになる	からだの調子を整える					
2	月	10時 昼食	牛乳	牛乳				67 kcal			
			ごはん		胚芽米		ケチャップ				
			麻婆豆腐	豚肉 味噌 豆腐	油 砂糖 片栗粉	生姜 にんにく 椎茸 人参 葱	コンソメ 醤油 酒	295 kcal			
			チンゲン菜ときのこのスープ		ごま油	しめじ 青梗菜	鶏ガラ 塩	6.5 g			
			黄桃缶			黄桃缶		6.1 g			
		おやつ	マーブル蒸しパン	バター 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖		ココア	104 kcal			
3	火	10時 昼食	りんごジュース		りんごジュース			43 kcal			
			ごはん		胚芽米						
			赤魚の味噌漬け焼き	赤魚 味噌	砂糖		酒 みりん	246 kcal			
			大根のそぼろあん	鶏肉	砂糖 片栗粉	大根 人参 グリンピース	醤油	12.7 g			
			のりスープ	海苔 わかめ		えのき 葱	醤油 塩	2.5 g			
		おやつ	安倍川マカロニ	きな粉	マカロニ 砂糖		塩	120 kcal			
4	水	10時 昼食	野菜ジュース		野菜ジュース			31 kcal			
			ごはん		胚芽米						
			牛肉とじゃが芋の煮物	牛肉 竹輪	油 じゃが芋 砂糖	人参 筍 蒟蒻 葱	醤油	278 kcal			
			しめじとキャベツの味噌汁	わかめ 味噌		しめじ キャベツ 葱		8.6 g			
			オレンジ			オレンジ		5.0 g			
		おやつ	いちごフルーチェ	牛乳			フルーチェの素	40 kcal			
5	木	10時 昼食	牛乳	牛乳				67 kcal			
			ふりかけごはん		胚芽米		ふりかけ				
			かぼちゃコロッセ	バター 豚肉 卵	油 コーン 薄力粉 パン粉	南瓜 玉葱 人参	塩	337 kcal			
			和風サラダ	わかめ しらす	油 砂糖	レタス 胡瓜	酢 醤油	10.1 g			
			青菜と豆腐のすまし汁	豆腐		ほうれん草	醤油 塩	10.3 g			
		おやつ	チーズポテト	チーズ	じゃが芋		塩	73.0 kcal			
6	金	10時 昼食	野菜ジュース		野菜ジュース			31 kcal			
			人参ブレッド		人参ブレッド						
			白菜のクリームシチュー	バター 牛乳 鶏肉 スキムミルク	薄力粉 油	玉葱 人参 白菜 しめじ	コンソメ 塩	280 kcal			
			ツナのサラダ	ツナ	砂糖	キャベツ 胡瓜 人参	レモン果汁 塩	9.9 g			
			バナナ			バナナ		11.5 g			
		おやつ	五平餅風にぎり	味噌	胚芽米 砂糖 油 ごま		酒	139.0 kcal			
7	土	昼食	ごはん		胚芽米						
			豚肉の味噌炒め煮	豚肉 味噌 豆腐	油 砂糖 片栗粉	玉葱 人参 キャベツ ピーマン しめじ	醤油	385 kcal			
			胡麻和え		ごま 砂糖	キャベツ ほうれん草	醤油	12.8 g			
			パイン缶			パイン缶		11.3 g			
					おやつ	もものタルト				もものタルト	90.0 kcal
9	月	10時 昼食	牛乳	牛乳				67 kcal			
			ミートスパゲティ	豚肉 スキムミルク	パスタ 油	玉葱 人参 椎茸 グリンピース	コンソメ ケチャップ 塩	295 kcal			
			コーンサラダ		コーン 砂糖 オリブオイル	キャベツ 胡瓜	酢	11.6 g			
			みかん缶			みかん缶		8.9 g			
					おやつ	若菜にぎり		胚芽米		若菜にぎりの素	109 kcal
10	火	10時 昼食	りんごジュース		りんごジュース			43 kcal			
			カレーライス	豚肉 スキムミルク	胚芽米 じゃが芋 油	玉葱 人参	チャツネ カレーフレーク	387 kcal			
			キャベツとツナのサラダ	ツナ	マヨネーズ	キャベツ 人参 胡瓜		10.6 g			
			りんご			りんご		11.9 g			
					おやつ	オレンジゼリー		オレンジジュース		ゼリーの素	54 kcal
11	水	10時 昼食	野菜ジュース		野菜ジュース			31 kcal			
			ごはん		胚芽米						
			煮込みおでん	鶏肉 黒はんぺん	じゃが芋 砂糖	大根 蒟蒻	醤油	289.0 kcal			
			三色おひたし	鯉節	砂糖	もやし 人参 小松菜	醤油	11.9 g			
			みかん			みかん		3.1 g			
		おやつ	りんごマフィン	バター 卵 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖		りんご	130.0 kcal			
12	木	10時 昼食	牛乳	牛乳				67 kcal			
			ごはん		胚芽米						
			鶏の照り焼き	鶏肉	砂糖 油		醤油 酒 みりん	388 kcal			
			キャベツの胡麻マヨサラダ	ツナ	マヨネーズ ごま油 ごま	キャベツ 人参	塩	14.6 g			
			野菜のみそ汁	味噌	じゃが芋	人参 小松菜		17.5 g			
		おやつ	うさぎ:サイコロラスク	バター	食パン 砂糖 油			94.0 kcal			
			りすひよこ:ジャムサンド		食パン		ブルーベリージャム	94 kcal			
13	金	10時 昼食	野菜ジュース		野菜ジュース			31 kcal			
			ミニ食パン		ミニ食パン						
			豚肉のケチャップ炒め	豚肉	コーン 油	玉葱 人参 マッシュルーム ピーマン	ケチャップ ソース	309 kcal			
			洋風かきたま汁	卵	片栗粉	玉葱 人参 ほうれん草	塩 コンソメ	15.1 g			
			フルーツヨーグルト	ヨーグルト	砂糖	パイン缶 みかん缶		9.0 g			
		おやつ	おかかチーズにぎり	鯉節 チーズ	胚芽米 砂糖		醤油	130 kcal			
14	土	昼食	中華丼	豚肉 蒲鉾	胚芽米 油 砂糖	玉葱 人参 筍 白菜	醤油 塩 鶏ガラ	306 kcal			
			中華風和え物	ハム	砂糖 ごま油	キャベツ 胡瓜	醤油 酢	13.2 g			
			みかん缶			みかん缶		7.5 g			
					おやつ	どら焼き		パンケーキ さつま芋 砂糖			155 kcal

日	曜日	区分	献立	赤色の食品	黄色の食品	緑の食品	その他 (調味料等)	エネルギー たんぱく質 脂質
				からだを作る	エネルギーになる	からだの調子を整える		
16	月	10時 朝食	牛乳	牛乳				67 kcal
			ごはん		胚芽米			
			若鶏のから揚げ	鶏肉	片栗粉 油	生姜	酒 醤油	
			うさぎ:フライドポテト		フライドポテト 油		塩	
			りすひよこ:こふき芋		じゃが芋		塩	
			野菜スープ		コーン	人参 玉葱 キャベツ	コンソメ 塩	374 kcal
			うさぎりす:カットケーキ		カットケーキ			12.1 g
おやつ	ひよこ:ホットケーキ	牛乳	ホットケーキ	バナナ		10.4 g		
	クッキー	バター	薄力粉 砂糖			203 kcal		
17	火	10時 朝食	りんごジュース		りんごジュース			43 kcal
			ごはん		胚芽米			
			鮭の幽庵焼き	鮭		ゆず	醤油 みりん 酒	325 kcal
			かぼちゃのごまがらめ		油 片栗粉 ごま	南瓜	醤油	15.5 g
			けんちん汁	豆腐 鶏肉	油	人参 大根 蒟蒻 里芋 葱	醤油 塩	5.8 g
			うさぎ:青のりフライドポテト	青のり	フライドポテト 油		塩	94 kcal
			りすひよこ:青のりこふき芋	青のり	じゃが芋		塩	
おやつ	野菜ジュース		野菜ジュース			31 kcal		
	みそラーメン	豚肉 味噌	ごま油 コーン 中華麺	人参 キャベツ もやし 葱 生姜 にんにく	鶏ガラ 酒	255 kcal		
	ポテトサラダ	ツナ	じゃが芋 マヨネーズ	胡瓜 人参	塩	10 g		
						10.6 g		
小松菜ケーキ	牛乳	ホットケーキミックス 油 砂糖	小松菜		146 kcal			
19	木	10時 朝食	牛乳		牛乳			67 kcal
			ごはん		胚芽米			
			ハンバーグステーキ	合挽肉 牛乳 卵	パン粉 砂糖	玉葱 ブロccoli	ケチャップ ソース 塩	295 kcal
			オニオンスープ			玉葱 人参	塩 コンソメ	11.5 g
			バナナ			バナナ		5.6 g
			スノーボール		ホットケーキミックス 砂糖 油			156 kcal
			野菜ジュース		野菜ジュース			31 kcal
おやつ	バターロール		バターロール			413 kcal		
	オムレツ	卵 合挽肉	油 砂糖	玉葱	ケチャップ 塩	19 g		
	スパゲティサラダ	ハム	パスタ マヨネーズ	人参 キャベツ 胡瓜		21.1 g		
	ココロスープ	ベーコン	コーン	大根 人参	コンソメ 塩	126 kcal		
	たぬきにぎり	青のり	胚芽米 天かす 砂糖		そばつゆ			
21	土	朝食	ごはん		胚芽米			
			じゃが芋の含め煮	鶏肉	じゃが芋 砂糖	玉葱 人参 蒟蒻	醤油	310 kcal
			豆腐と麩の味噌汁	豆腐 味噌	麩	葱		10 g
			バナナ			バナナ		4.3 g
			ブルーベリー蒸しパン	バター 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖		ブルーベリージャム	116 kcal
23	月	10時 朝食	牛乳	牛乳				
			ごはん		胚芽米			
			白身魚のおろし煮	たら	砂糖	大根	醤油 酒 みりん	279 kcal
			春雨サラダ	ハム	春雨 砂糖 ごま油	胡瓜	醤油 酢	13.1 g
			五目みそ汁	豆腐 味噌		人参 南瓜 椎茸		3.1 g
			提供なし					
			りんごジュース		りんごジュース			43 kcal
おやつ	ごはん		胚芽米					
	筑前煮	鶏肉	じゃが芋 砂糖	椎茸 蓮根 人参 ごぼう	みりん 醤油	320 kcal		
	わかめの味噌汁	わかめ 味噌	麩	玉葱 葱		9.8 g		
	黄桃缶			黄桃缶		5.3 g		
	バナナケーキ	卵 牛乳 バター	ホットケーキミックス 砂糖	バナナ		155 kcal		
25	水	10時 朝食	野菜ジュース		野菜ジュース			31 kcal
			ごはん		胚芽米			
			豚肉と玉子の野菜炒め	豚肉 卵	油 片栗粉	生姜 キャベツ 人参 玉葱 ピーマン	醤油 鶏ガラ 塩	254.0 kcal
			きのこスープ	ベーコン		しめじ えのき 青梗菜	醤油 鶏ガラ 塩	8.8 g
			りんご			りんご		5.6 g
			パンナコッタ	牛乳 生クリーム	砂糖		アガー 苺ソース	161 kcal
			牛乳	牛乳				67 kcal
おやつ	きつねうどん	油揚げ	うどん 砂糖	ほうれん草	そばつゆ 醤油	261 kcal		
	かぼちゃサラダ		マヨネーズ	南瓜 胡瓜		6.6 g		
	みかん			みかん		6.9 g		
	鮭にぎり		胚芽米		鮭ふりかけ	111 kcal		
27	金	10時 朝食	野菜ジュース		野菜ジュース			31 kcal
			わかめごはん		胚芽米		わかめふりかけ	
			マカロニグラタン	鶏肉 バター 牛乳 チーズ	マカロニ 油 薄力粉 コーン	玉葱 人参 パセリ	コンソメ 塩	368 kcal
			ロースハムのサラダ	ハム	砂糖 油	キャベツ 胡瓜	酢	10.3 g
			りんご			りんご		11.7 g
			お麩のラスク	バター	麩 油 砂糖			38 kcal
おやつ	豚丼	豚肉	胚芽米 油 砂糖	人参 玉葱 キャベツ	醤油 酒 みりん	364 kcal		
	さつまいもの味噌汁	味噌		さつまいも 玉葱 小松菜		11.7 g		
	白桃缶			白桃缶		10.5 g		
	いちごジャムサンド		食パン		いちごジャム	71 kcal		