

令和6年3月の給食予定献立表

(乳児用)

幼保連携型認定こども園 千代田幼稚園
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		
1	木	10時 昼食	野菜ジュース					
			ちらし寿司	ツナ 卵 桜でんぶ	胚芽米 砂糖	いんげん 人参 ごま	酒 みりん	316 kcal
			野菜サラダ	鶏肉 味噌	マヨネーズ 砂糖	胡瓜 トマト キャベツ ごま	酢 醤油	11.2 g
			すまし汁	お花の豆腐		ほうれん草	塩	9.3 g
		おやつ	三色花ゼリー				三色花ゼリー	155 kcal
2	土	昼食	ハヤシライス	豚肉	胚芽米 じゃが芋 油	玉葱 人参	ハヤシルウ	328 kcal
			豆腐とえのきのみそ汁	豆腐 味噌		えのき 青ねぎ		10.8 g
			みかん缶			みかん缶		7 g
			豆乳タルト				豆乳タルト	150 kcal
		おやつ						
4	月	10時 昼食	牛乳				チャツネ	
			カレーライス	豚肉 スキムミルク	胚芽米 油 じゃが芋	玉葱 人参	カレーフレーク	367 kcal
			野菜サラダ		ごま油 砂糖	トマト キャベツ レタス	酢 醤油 塩	9.5 g
			甘夏缶			甘夏缶		10.7 g
		おやつ	いちごのフルーチェ	牛乳			フルーチェ	37 kcal
5	火	10時 昼食	りんごジュース					
			みそラーメン	豚肉 味噌(赤・白)	ラーメン コーン ごま油	人参 キャベツ もやし 太葱 ショウガ コンク	酒	219 kcal
			トマトとわかめのサラダ		砂糖 オリーブオイル	トマト わかめ	酢 醤油 塩	8.5 g
			黄桃缶			黄桃缶		7.2 g
		おやつ	ジャムサンド	食パン			ジャム	71 kcal
6	水	10時 昼食	野菜ジュース					
			ごはん		胚芽米			333 kcal
			黒はんぺんフライ	黒はんぺん 卵	油 パン粉		小麦粉	11.4 g
			三色ナムル		砂糖 ごま油	ほうれん草 もやし 人参	鶏ガラ 醤油	9.8 g
		おやつ	豆腐とわかめのみそ汁	豆腐 味噌			わかめ	
			蒸しパン	卵 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖 油			73 kcal
7	木	10時 昼食	牛乳					
			ごはん		胚芽米		ケチャップ ウスターソース	400 kcal
			ハンバーグステーキ	合挽肉 卵 牛乳	パン粉 砂糖	玉葱	塩 こしょう	15.9 g
			ブロッコリーのツナサラダ	ツナ	マヨネーズ	ブロッコリー	小麦粉	17.8 g
		おやつ	コーンポタージュ	バター 牛乳 生クリーム	コーンクリーム缶	パセリ	コンソメ 塩	
			パンゼリー				パンゼリーの素	51 kcal
8	金	10時 昼食	野菜ジュース					
			食パン		食パン		デミグラス缶	374 kcal
			ポークシチュー	豚肉	油 じゃが芋	玉葱 人参 トマト缶	ハヤシルウ	12.4 g
			マカロニチーズサラダ	チーズ	マカロニ マヨネーズ	キャベツ 胡瓜		17.6 g
		おやつ	いちご				いちご	
			わかめおにぎり		胚芽米		わかめご飯の素	133 kcal
9	土	昼食	親子丼	鶏肉 卵	胚芽米 砂糖	玉葱 人参	醤油	319 kcal
			みそ汁	味噌	じゃが芋	キャベツ		13.6 g
			バナナ			バナナ		7.3 g
			バナナ			バナナ		7.3 g
		おやつ	メープルマフィン				メープルマフィン	104 kcal
11	月	10時 昼食	牛乳					
			ごはん		胚芽米			279 kcal
			若鶏のからあげ	鶏肉	油 片栗粉	ショウガ	醤油 酒	11.8 g
			和風サラダ	しらす	油 砂糖	レタス 胡瓜 大根	酢	6.8 g
		おやつ	かきたま汁	卵 豆腐			塩	
			牛乳プリン	牛乳	砂糖		アガー	120 kcal
12	火	10時 昼食	りんごジュース					
			夕焼けごはん		胚芽米 油	人参	塩 酒	351 kcal
			ツナと卵の炒り豆腐	ツナ 卵	油 砂糖	青ねぎ 人参 玉葱	醤油	11.4 g
			春雨の酢の物		春雨 砂糖	人参 胡瓜 わかめ	酢	8.5 g
		おやつ	豚汁	豚肉 味噌	さつま芋	人参 ごぼう ほうれん草		
			チーズサンド	チーズ ハム	食パン マヨネーズ			87 kcal
13	水	10時 昼食	野菜ジュース					
			ごはん		胚芽米			342 kcal
			さばの土佐漬け焼き	さば 鯉節	砂糖	ショウガ	酢 醤油 みりん	13.7 g
			刻み昆布の炒め煮	豚肉 昆布 油揚げ	砂糖	人参		13.9 g
		おやつ	パイ缶				パイ缶	
			オレンジゼリー		オレンジジュース		ゼリーの素	108 kcal
14	木	10時 昼食	牛乳					
			きつねうどん	油揚げ	うどん 砂糖	ほうれん草	醤油	210 kcal
			大根サラダ	ハム	ごま油 砂糖	大根 レタス 胡瓜	酢 醤油	6.6 g
			りんご			りんご		5.1 g
		おやつ	クッキー	卵 パター	砂糖		小麦粉	203 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			
15	金	10時 昼食	野菜ジュース		野菜ジュース			ウスターソース コンソメ ケチャップ ^o	355 kcal 13.2 g 15.1 g
			バターロール		バターロール				
			ポークビーンズ	豚肉 大豆	油 じゃが芋 砂糖	玉葱 人参 マッシュルーム			
			スパゲティサラダ	ハム	スパゲティ マヨネーズ	人参 胡瓜			
		ヨーグルト和え	ヨーグルト	砂糖	バナナ 白桃缶 みかん缶				
おやつ	おはぎ風にぎり	きな粉	胚芽米 砂糖			塩	133 kcal		
18	月	10時 昼食	牛乳					みりん 醤油 酢 醤油	321 kcal 16 g 9.4 g
			ごはん		胚芽米				
			煮魚	さわら	砂糖	ショウガ ^o			
			納豆サラダ	納豆 ツナ チーズ	ごま油	レタス 人参 胡瓜 ごま			
		里芋と白菜のみそ汁	味噌	里芋	人参 白菜 青ねぎ				
おやつ	野菜ジュースゼリー		野菜ジュース			ゼリーの素	45 kcal		
19	火	10時 昼食	りんごジュース					醤油 鶏ガラ 塩 こしょう 酢 醤油 塩	275 kcal 8.7 g 7.1 g
			ごはん		胚芽米				
			炒めビーフン	豚肉 なた	ビーフン 油	玉葱 人参 椎茸 ヒーマン キャベツ			
			たたききゅうり		ごま油 砂糖	胡瓜			
		チンゲン菜ときのこのスープ		ごま油	しめじ チンゲン菜				
職員会議のため15時までの保育									
21	木	10時 昼食	牛乳					醤油	251 kcal 12.3 g 3.8 g
			ごはん		胚芽米				
			鶏のつくね煮	鶏肉 卵	砂糖 片栗粉 パン粉	青葱 人参			
			小松菜の磯和え			小松菜 人参 のり			
		大根のみそ汁	味噌		大根 人参				
おやつ	おから入り豆乳蒸しパン	おから 豆乳	油 ホットケーキミックス 砂糖				118 kcal		
22	金	10時 昼食	野菜ジュース					コンソメ 塩 酢	320 kcal 10.8 g 11.4
			バターロール		バターロール				
			ポテトのパン粉焼き	ウイナー バター	油 コーン缶 パン粉 じゃが芋	玉葱 人参			
			フレンチサラダ	ハム	オリーブオイル コーン 砂糖	キャベツ 胡瓜			
		ココロスープ	ベーコン		大根 人参				
おやつ	ゆかりにぎり		胚芽米			ゆかり	109 kcal		
23	土	昼食	麻婆丼	豚肉 豆腐 味噌	サラダ油 砂糖 片栗粉	椎茸 人参 太葱 ショウガ ニンニク	鶏ガラ オイスターソース	酢 醤油 酢 醤油	336 kcal 9.1 g 8.0 g
			中華風和え物	ハム	春雨 ごま油 砂糖	胡瓜			
			バナナ			バナナ			
			いちごスティック						
		おやつ	いちごスティック						
25	月	10時 昼食	牛乳					コンソメ ケチャップ ^o 醤油 塩	340 kcal 15.2 g 11.0 g
			ミートスパゲティ	豚肉 スキムミルク	油 スパゲティ グリンピース	玉葱 人参 椎茸			
			ツナサラダ	ツナ	砂糖	キャベツ 人参 胡瓜 レモン酢			
			オレンジ			オレンジ			
		おやつ	青のりふかし芋		じゃが芋	青のり			
うさぎ:ポテトフライ(青のり)		ポテトフライ 油	青のり		塩				
26	火	10時 昼食	りんごジュース					醤油 みりん	307 kcal 8.7 g 7.4 g
			ごはん		胚芽米				
			五目きんぴら	牛肉	油 じゃが芋 砂糖	ごぼう 人参 いんげん こんにやく ショウガ			
			わかめのみそ汁	味噌		青葱 わかめ			
		おやつ	いちご			いちご			
カスタードプリン	牛乳				プリン				
27	水	10時 昼食	野菜ジュース		胚芽米			みりん 酒 醤油	340 kcal 15.2 g 11.0 g
			ごはん						
			白身魚の胡麻味噌焼き	たら 味噌	砂糖	ごま			
			大根切干甘煮	さつま揚げ 豚肉	砂糖	切干大根 人参 いんげん			
		おやつ	パイ缶			パン缶			
メロンパン風トースト	バター	食パン 砂糖 油			小麦粉				
28	木	10時 昼食	牛乳					小麦粉 酢 醤油	378 kcal 13.4 g 11.3 g
			ごはん		胚芽米				
			ちくわの磯部揚げ	ちくわ	油	青のり			
			春雨サラダ	ハム	春雨 コーン ごま油	胡瓜 人参			
		おやつ	りんご			りんご			
ツナパン	卵 牛乳 ツナ	ホットケーキミックス マヨネーズ	玉葱 パセリ						
29	金	昼食	野菜ジュース					コンソメ 塩 酢	266 kcal 11.5 g 7.8 g
			人参ブレッド		人参ブレッド				
			豆乳ポトフ	鶏肉 豆乳	油 じゃが芋	玉葱 人参 小松菜 キャベツ			
			トマトサラダ		油 砂糖	トマト レタス 胡瓜			
		おやつ	バナナ			バナナ			
新年度準備のため15時までの保育									
30	土	昼食	ビビンバ風ごはん	豚肉	胚芽米 油 砂糖 ごま油	もやし ほうれん草 人参 ニンニク ショウガ	醤油 酒	344 kcal 13.7 g 10.7 g	
			中華スープ	卵	片栗粉	玉葱	鶏ガラ 塩		
			みかん缶			みかん缶			
		おやつ	スイートポテト						スイートポテト