

# 令和7年6月分 給食予定献立表

## 3歳児以上児 (全アレルギー表示)

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		
2	月	昼食	ルーローハン風ごはん	豚肉	胚芽米 油 ごま 黒糖	玉葱 青梗菜 にんにく 生姜	醤油	425 kcal
			わかめスープ	わかめ 豆腐	ごま油	葱	鶏ガラ 塩 醤油	15.1 g
		おやつ	黄桃缶			黄桃缶		16.6 g
			ブルーベリージャムサンド		食パン		ジャム	71 kcal
3	火	昼食	梅ごはん		胚芽米		梅じその素	342 kcal
			あじのかば焼き	あじ	薄力粉 油 砂糖 ごま	生姜	醤油 酒 みりん	15.6 g
			ひじき煮	ひじき ツナ 油揚げ	砂糖	玉葱 人参	醤油	8.1 g
			野菜の味噌汁	味噌		小松菜 人参 玉葱 キャベツ		
			牛乳	牛乳				67 kcal
		おやつ	マフィン	牛乳 バター 卵	ホットケーキミックス 砂糖			130 kcal
			4	水	昼食	ごはん		胚芽米
筑前煮	鶏肉	砂糖				里芋 ごぼう 人参 蒟蒻 蓮根 椎茸 いんげん	醤油 みりん	12.5 g
わかめと麩の味噌汁	わかめ 味噌	麩				玉葱 葱		6.7 g
ウエハース		ウエハース						
おやつ	スイートポテト	スキムミルク バター				砂糖	さつまいも	
5	木	昼食	和風スパゲティ	鶏肉 ウインナー バター	パスタ 油	えのき しめじ 椎茸 ほうれん草 玉葱	塩 醤油 コンソメ	334 kcal
			ミルクスープ	ベーコン 牛乳		白菜 玉葱	塩 コンソメ	14.1 g
			オレンジ			オレンジ		10.8 g
			おやつ	コーン蒸しパン	牛乳 卵 チーズ	ホットケーキミックス 油 コーン		131 kcal
6	金	昼食	ミニ食パン		ミニ食パン		塩 こしょう	356 kcal
			チーズハンバーグ	豚肉 牛乳 卵 チーズ	パン粉 砂糖	茄子 玉葱	ケチャップ ソース	16.8 g
			野菜サラダ		油 砂糖	キャベツ 胡瓜 トマト	塩 酢	14 g
			オニオンスープ			玉葱 人参	塩 コンソメ	
			牛乳	牛乳				67 kcal
		おやつ	たぬきにぎり	青のり	胚芽米 天かす		そばつゆ	126 kcal
			7	土	昼食	親子丼	鶏肉 卵	胚芽米 油 じゃが芋 砂糖
しめじとキャベツの味噌汁	味噌					しめじ キャベツ 葱		15.4 g
みかん缶						みかん缶		8.4 g
おやつ	ココアプリン	牛乳				砂糖		ココア アガー
9	月	昼食	ハヤシライス	牛肉	胚芽米 油 じゃが芋	玉葱 人参 セロリ グリンピース	デミグラス缶	440 kcal
			ツナサラダ	ツナ	砂糖	キャベツ 胡瓜 人参 レモン果汁	ハヤシフレーク 塩	13.7 g
			パイン缶			パイン缶		12.8 g
			牛乳	牛乳				67 kcal
		おやつ	クッキー	バター	薄力粉 砂糖			203 kcal
			10	火	昼食	ごはん		胚芽米
八宝菜	豚肉 蒲鉾	片栗粉 砂糖 油				白菜 玉葱 人参 椎茸 筍 ほうれん草	鶏ガラ 醤油 塩	18 g
切干大根の胡麻マヨサラダ	ツナ	マヨネーズ ごま				切干大根 人参 胡瓜	醤油	15.1 g
バナナ						バナナ		
		おやつ	ピーチフルーチェ	牛乳			フルーチェ	37 kcal
			11	水	昼食	ごはん		胚芽米
味噌カツ	鶏肉 味噌 卵	薄力粉 パン粉 油 砂糖 黒糖					酒 塩 こしょう	19.4 g
和風サラダ	しらす わかめ	油 砂糖				レタス 胡瓜	酢 醤油	11 g
青菜と豆腐のすまし汁	豆腐					ほうれん草	醤油 塩	
おやつ	あんバターサンド	バター あんこ 豆乳				食パン		
12	木	昼食	ごはん		胚芽米		402 kcal	
			五目きんぴら	牛肉	油 砂糖 じゃが芋	ごぼう 人参 蒟蒻 いんげん 生姜	醤油 みりん	12.5 g
			油揚げとキャベツの味噌汁	油揚げ 味噌		キャベツ		10.5 g
			オレンジ			オレンジ		
		おやつ	二色ゼリー	牛乳		パインジュース	ゼリーの素 ムースの素	89 kcal
			13	金	昼食	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	18.7 g
マカロニチーズサラダ	ハム チーズ	マカロニ マヨネーズ				キャベツ 胡瓜		16.8 g
黄桃缶						黄桃缶		
牛乳	牛乳							67 kcal
		おやつ	若菜にぎり		胚芽米		若菜の素	109 kcal
			14	土	昼食	ビビンバ風ごはん	豚肉	胚芽米 砂糖 ごま油
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	14.1 g
みかん缶						みかん缶		11 g
おやつ	いちごジャムマフィン	牛乳 バター				ホットケーキミックス 砂糖		ジャム



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	昼食	ごはん		胚芽米			375 kcal
			さばの土佐漬け焼き	さば 鯉節	砂糖	生姜	酢 醤油 みりん	14.3 g
			もやしの胡麻和え		ごま 砂糖	もやし 胡瓜 人参	醤油	14.3 g
			豆腐と麩の味噌汁	豆腐 味噌	麩	葱		
		おやつ	安倍川マカロニ	きな粉	マカロニ 砂糖		塩	120 kcal
17	火	昼食	長崎ちゃんぽん風	豚肉 蒲鉾 牛乳	中華麺 コーン ごま油	キャベツ 人参 もやし 玉葱	鶏ガラ 醤油	302 kcal
			たたき胡瓜		砂糖 ごま油	胡瓜	醤油 酢 塩	12.4 g
			バナナ			バナナ		8.1 g
			牛乳	牛乳				67 kcal
		おやつ	焼きおにぎり		胚芽米 ごま油		そばつゆ	121 kcal
18	水	昼食	おかかライス	鯉節	胚芽米		醤油	406 kcal
			豆腐入りミートローフ	鶏肉 豆腐 卵	パン粉 油	玉葱 ピーマン 人参	コンソメ	19.2 g
			ひじきサラダ	ひじき 鶏肉	コーン マヨネーズ	胡瓜 人参		10.3 g
			三色味噌汁	味噌	じゃが芋	人参 小松菜		
		おやつ	きな粉蒸しパン	きな粉 牛乳	ホットケーキミックス 油			124 kcal
19	木	昼食	ごはん		胚芽米			437 kcal
			ツナ入り卵焼き	卵 ツナ	砂糖 油	葱	塩	16.5 g
			キャベツのおひたし	ハム 鯉節	砂糖	キャベツ 人参	醤油	15 g
			さつま芋の味噌汁	わかめ 味噌		さつま芋 玉葱		
		おやつ	お豆腐屋さんの豆乳ドーナツ				お豆腐屋さんの豆乳ドーナツ	73 kcal
20	金	昼食	人参ブレッド		人参ブレッド			412 kcal
			クリームシチュー	バター ベーコン 鶏肉 牛乳 スキムミルク	油 じゃが芋	玉葱 人参 グリンピース	ホワイトソース コンソメ	14.7 g
			トマトサラダ		砂糖 油	トマト レタス 胡瓜	酢 塩	15.8 g
			ウエハース		ウエハース			
		おやつ	ゆかりにぎり		胚芽米		ゆかり	109 kcal
21	土	昼食	ガバオ風ライス	鶏肉	胚芽米 油 砂糖	ピーマン パプリカ 玉葱	オイスターソース	433 kcal
			ポテトスープ	ベーコン 牛乳	じゃが芋 油	玉葱 人参	醤油 鶏ガラ	19.7 g
			バナナ			バナナ	コンソメ 塩	11.4 g
			もものタルト				もものタルト	90 kcal
23	月	昼食	ごはん		胚芽米			469 kcal
			麻婆豆腐	豚肉 味噌 豆腐	砂糖 油 片栗粉	生姜 にんにく 椎茸 人参 葱	オイスターソース 醤油	13.1 g
			パンサンデー	ハム 卵	春雨 砂糖 ごま油	胡瓜	醤油 酢	12.3 g
			みかん缶			みかん缶		
		おやつ	バナナケーキ	バター 卵	ホットケーキミックス 油 砂糖	バナナ		155 kcal
24	火	昼食	ごはん		胚芽米		カレー粉	364 kcal
			魚の野菜あんかけ	たら	片栗粉 砂糖	白菜 もやし 人参 玉葱 椎茸	醤油 鶏ガラ	15.8 g
			豚汁	豚肉 味噌 豆腐		人参 ごぼう 大根 葱		7 g
			オレンジ			オレンジ		
		おやつ	お麩のラスク	バター	麩 砂糖			67 kcal
25	水	昼食	味噌煮込みうどん	味噌 鶏肉 油揚げ	うどん	白菜 人参 椎茸 葱		303 kcal
			ポテトサラダ	ハム	じゃが芋 マヨネーズ	胡瓜 人参	塩	11.2 g
			バナナ			バナナ		10 g
			きつねにぎり	油揚げ	胚芽米 砂糖 ごま		醤油	146 kcal
26	木	昼食	ごはん		胚芽米			437 kcal
			ツナと卵の入り豆腐	ツナ 卵 豆腐	油 砂糖	人参 玉葱 椎茸 葱	醤油	16.5 g
			野菜の胡麻酢和え		ごま 砂糖	ほうれん草 キャベツ 人参	醤油 酢	15 g
			みそ汁	味噌	麩	玉葱 人参 小松菜		
		おやつ	クイニーアマン風トースト	バター	食パン グラニュー糖			111 kcal
27	金	昼食	バターロール		バターロール			414 kcal
			ポークビーンズ	豚肉 大豆	じゃが芋 砂糖	玉葱 人参 マッシュルーム	コンソメ ケチャップ ソース	16.2 g
			ちりめんともやしのサラダ	しらす	油 砂糖	もやし 胡瓜 人参	カレー粉 酢 塩	12.8 g
			オレンジ			オレンジ		
		おやつ	牛乳	牛乳				67 kcal
28	土	昼食	塩むすび	昆布	胚芽米		塩	108 kcal
			豚の生姜焼き丼	豚肉	砂糖	玉葱 人参 生姜	醤油 酒	390 kcal
			じゃが芋の味噌汁	わかめ 味噌	じゃが芋	葱		14.4 g
			みかん缶			オレンジ		12 g
		おやつ	いちごスティック			いちごスティック	90 kcal	
30	月	昼食	キーマカレー	合挽肉 スキムミルク	胚芽米 油	玉葱 人参 トマト缶 生姜 グリンピース	カレーフレーク	424 kcal
			ローズハムのサラダ	ハム	砂糖 油	キャベツ 胡瓜	酢	14 g
			黄桃缶			黄桃缶		13.4 g
			フライドポテト		フライドポテト 油		塩	230 kcal