

令和6年8月の給食予定献立表（3歳児以上児用）

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	昼食	肉みそスパゲティ	豚肉 赤味噌	油 砂糖 パスタ グリンピース	ニンニク 生姜 玉葱 人参 椎茸	コンソメ 酒	388 kcal	
			冬瓜のカレー味スープ	鶏肉	砂糖 片栗粉	人参 椎茸 冬瓜 葱	鶏ガラ カレー粉 醤油	16.3 g	
			みかん缶			みかん缶		11.6 g	
		おやつ	ブルーチェ	牛乳			ブルーチェの素	37 kcal	
2	金	昼食	バターロール		バターロール		デミグラス缶	543 kcal	
			ポークシチュー	豚肉	油 じゃが芋	玉葱 人参 トマト缶	ハヤシフレク ソース		
			シルバーサラダ	ハム	春雨 コーン マヨネーズ 砂糖 ごま	胡瓜	酢		
		オレンジ			オレンジ		21.9 g		
		おやつ	安倍川マカロニ		マカロニ きな粉			120 kcal	
3	土	昼食	中華丼	豚肉	胚芽米 油 砂糖 片栗粉	玉葱 人参 椎茸 白菜 筍	鶏ガラ 塩 醤油	373 kcal	
			卵スープ	卵		ほうれん草	鶏ガラ 塩	15.4 g	
			パイン缶			パイン缶		8.0 g	
		おやつ	メープルマフィン				メープルマフィン	90 kcal	
5	月	昼食	ごはん		胚芽米		塩 こしょう	356 kcal	
			生鮭のバター焼き	鮭 バター			酢		
			野菜サラダ	鶏肉 味噌	マヨネーズ 砂糖 ごま	胡瓜 トマト キャベツ			
		五目みそ汁	わかめ 豆腐 味噌	じゃが芋	人参 椎茸		9.7 g		
		おやつ	お麩ラスク	バター	麩 砂糖			38 kcal	
6	火	昼食	カレーライス	豚肉	胚芽米 油 じゃが芋	玉葱 人参	カレーフレク チャツネ	472.0 kcal	
			ツナサラダ	ツナ	砂糖	キャベツ 人参 胡瓜 レモン	塩	14.8 g	
			黄桃缶			黄桃缶		12.3 g	
		おやつ	野菜ジュースゼリー		野菜ジュース		ゼリーの素	45.0 kcal	
7	水	昼食	冷やし中華	卵 ハム	ごま 中華麺	胡瓜	スープの素	360 kcal	
			花しゅうまい	豚肉 白はんぺん 豆腐	片栗粉 ごま油 焼売の皮	玉葱 生姜	塩 こしょう	16 g	
			パイン缶			パイン缶	鶏ガラ 酒	10.2 g	
		おやつ	とうもろこしむすび	バター	コーン 胚芽米		塩	119 kcal	
8	木	昼食	チキンライス	鶏肉	胚芽米 油	玉葱 人参	ケチャップ 塩 コンソメ	468 kcal	
			若鶏のから揚げ	鶏肉	油 片栗粉	生姜	酒 醤油		
			ポテトスープ	ベーコン 牛乳	じゃが芋 油	玉葱 人参	コンソメ 塩		
			オレンジ			オレンジ			12.9 g
		おやつ	ジャムサンド		食パン		ジャム	71 kcal	
9	金	昼食	人参ブレッド		人参ブレッド		鶏ガラ	379.0 kcal	
			肉団子と冬瓜のスープ	豚肉 卵	片栗粉 春雨	生姜 冬瓜 人参 椎茸 葱	酒 醤油 塩		
			キャベツとコーンのサラダ		コーン マヨネーズ	キャベツ 胡瓜			15.4 g
			バナナ			バナナ			17.3 g
		おやつ	わかめにぎり		胚芽米		わかめの素	109 kcal	
10	土	昼食	ハヤシライス	牛肉	胚芽米 油	玉葱 人参 じゃが芋	ハヤシフレク	382 kcal	
			ごま和え		ごま 砂糖	ほうれん草 キャベツ	醤油	13.9 g	
			みかん缶			みかん缶		13.3 g	
		おやつ	ブルーベリータルト				ブルーベリータルト	90.0 kcal	
13	火	昼食	ごはん		胚芽米			378 kcal	
			生揚げの五目煮	豚肉 生揚げ	砂糖 片栗粉	椎茸 筍 人参 玉葱 もやし チンゲン菜	醤油		
			わかめスープ	わかめ	ビーフン ごま油	葱	鶏ガラ 醤油 塩		
			バナナ			バナナ			7.9 g
		おやつ	ブラマンジェ	牛乳 生クリーム	オレンジジュース 砂糖 片栗粉		アガー	160 kcal	
14	水	昼食	ごはん		胚芽米			403.0 kcal	
			炒り豆腐	豆腐 蒲鉾 鶏肉 卵	油 砂糖	玉葱 人参 椎茸 葱	醤油		
			かぼちゃのみそ汁	油揚げ 味噌 わかめ		南瓜 椎茸			15.4 g
			オレンジ			オレンジ			7.1 g
		おやつ	ハム入り蒸しパン	ハム チーズ 卵 牛乳	ホットケーキミックス		コンソメ	103 kcal	
15	木	昼食	ごはん		胚芽米			394.0 kcal	
			ひじきとツナの煮物	ひじき ツナ 油揚げ	砂糖	玉葱 人参	醤油		
			ポテトサラダ		じゃが芋 マヨネーズ コーン 砂糖	人参 胡瓜	酢		
			油揚げとキャベツのみそ汁	油揚げ 味噌		キャベツ			12.8 g
		おやつ	パンケーキ				パンケーキ	136 kcal	
16	金	昼食	おかかライス	鯉節	胚芽米		醤油	419 kcal	
			五目炒り卵	卵 鶏肉	油 砂糖	玉葱 人参 椎茸 葱	醤油		
			切干大根の胡麻マヨサラダ	ツナ	ごま マヨネーズ	切干大根 胡瓜 人参	醤油		
			みかん缶			みかん缶			14.4 g
		おやつ	クッキー	バター 卵	薄力粉 砂糖			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		
17	土	昼食	豚丼	豚肉	胚芽米 砂糖 油 ごま	玉葱 人参	醤油 酒 みりん	378 kcal
			豆腐とわかめのみそ汁	豆腐 わかめ 味噌		キャベツ 胡瓜 人参	醤油	14.2 g
			バナナ			バナナ		12.7 g
		おやつ	もものタルト				もものタルト	90 kcal
19	月	昼食	ごはん		胚芽米			
			豆腐の中華煮	豆腐 豚肉	油 砂糖 片栗粉	生姜 コニク 人参 椎茸 もやし チンゲン菜	鶏ガラ 醤油	358 kcal
			たたき胡瓜		ごま油 砂糖	胡瓜	醤油 酢 塩	11.1 g
		みかん缶			みかん缶		6.6 g	
おやつ	青のりフライドポテト	青のり	フライドポテト 油		塩	94 kcal		
20	火	昼食	ごはん		胚芽米			
			炒り鶏	鶏肉	油 砂糖	人参 ごぼう 蒟蒻 椎茸 蓮根 筍	醤油	330 kcal
			しめじとキャベツのみそ汁	わかめ 味噌		しめじ キャベツ 葱		12.4 g
		おやつ	黒糖マフィン	卵 牛乳 バター	ホットケーキミックス 黒糖		オレンジ	4.3 g
21	水	昼食	ごはん		胚芽米		酒 醤油 みりん	
			ハンバーグ(オニオンソース)	合挽肉 牛乳 卵	パン粉 砂糖	玉葱	塩 こしょう	442 kcal
			南瓜のバターソテー	バター	砂糖	南瓜	塩	18 g
		おやつ	みかん入りゼリー		オレンジジュース	みかん缶	ゼリーの素	9 g
22	木	昼食	ごはん		胚芽米		ケチャップ	
			酢豚	豚肉	油 砂糖 片栗粉	筍 玉葱 人参 椎茸 ピーマン	酢 酒 醤油	358 kcal
			青梗菜ときのこのスープ		ごま油	チンゲン菜 しめじ	鶏ガラ 塩	13.7 g
		おやつ	バナナ			バナナ		7.9 g
23	金	昼食	ミニ食パン		ミニ食パン		コンソメ 塩	
			クリームシチュー	牛乳 鶏肉	油 じゃが芋 コーン	玉葱 人参	シチューフレーク	543 kcal
			トマトサラダ		砂糖 油	トマト レタス 胡瓜	酢 塩	17.9 g
		おやつ	焼きおにぎり		胚芽米 ごま油		そばつゆ	21.9 g
24	土	昼食	鶏そぼろ丼	鶏肉	胚芽米 油 砂糖 グリンピース	生姜	醤油	360
			小松菜のおひたし	鯉節	砂糖	小松菜 人参 もやし	醤油	13.6 g
			豆腐と麩のみそ汁	豆腐 味噌	麩	葱		5.3 g
		おやつ	りんごのタルト				りんごのタルト	90 kcal
26	月	昼食	ごはん		胚芽米			
			さばの味噌煮	鯖 味噌 わかめ	砂糖	ごぼう	醤油 酒	420.0 kcal
			青菜と豆腐のすまし汁	豆腐		ほうれん草	醤油 塩	13.3 g
		おやつ	フルーツヨーグルト	ヨーグルト	砂糖	みかん缶 パイン缶 バナナ		13.8 g
27	火	昼食	焼うどん	青のり 鯉節	うどん 油 ごま	玉葱 人参 キャベツ 椎茸	醤油 塩	323 kcal
			駿河汁	黒はんぺん 味噌		冬瓜 人参 白菜 葱		12.3 g
			すいか			すいか		7.7 g
		おやつ	梅ごまにぎり		胚芽米		梅ごまの素	123 kcal
28	水	昼食	ふりかけごはん		胚芽米		ふりかけ	
			南瓜と茄子の挽肉かけ	豚肉 赤味噌	砂糖 片栗粉	南瓜 茄子 いんげん	みりん 醤油	386 kcal
			かきたま汁	卵 豆腐		葱	醤油 塩	11.7 g
		おやつ	ラスク	バター	食パン 砂糖 油	オレンジ		10.0 g
29	木	昼食	ごはん		胚芽米			
			白身魚のカレー風味揚げ	たら	片栗粉 油		カレー粉 塩	365 kcal
			小松菜の磯和え	海苔		小松菜 人参 もやし	醤油	13.5 g
		おやつ	いちごジャム蒸しパン	卵 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖 油	さつま芋 椎茸 葱	ジャム	7.4 g
30	金	昼食	人参ブレッド		人参ブレッド			
			豚肉のケチャップ炒め	豚肉	油	玉葱 人参 マッシュルーム しめじ	ケチャップ ソース	393 kcal
			フレンチサラダ	ハム	コーン オリーブオイル 砂糖	キャベツ 胡瓜	酢 塩	18.2 g
		おやつ	じゃが芋と青菜のスープ	ベーコン	じゃが芋	ほうれん草	コンソメ 塩 醤油	14.1 g
31	土	昼食	おかかチーズにぎり	鯉節 チーズ	胚芽米 砂糖		醤油	130 kcal
			親子丼	鶏肉 卵	胚芽米 グリンピース 砂糖	玉葱 人参	醤油	380
			海苔スープ	海苔		葱	醤油 塩	15.2 kcal
		おやつ	バナナ			バナナ		8.2 g
						豆乳プリンタルト	90 kcal	