

令和6年10月分 給食予定献立表

未満児食

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	火	10時 昼食	りんごジュース	牛乳	りんごジュース			43 kcal
			ごはん		胚芽米			302 kcal
			肉じゃが	豚肉	じゃが芋 砂糖	人参 玉葱 蒟蒻 いんげん	醤油	9.3 g
			豆腐とキャベツのすまし汁	豆腐		キャベツ 葱	醤油 塩	5.7 g
			オレンジ			オレンジ		
おやつ	バナナ蒸しパン	卵 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖 油	バナナ		110 kcal		
2	水	10時 昼食	野菜ジュース		野菜ジュース			31 kcal
			ささみのたれかつ丼	鶏肉 卵	薄力粉 パン粉 油 砂糖		みりん 酒 醤油	290 kcal
			野菜の味噌汁	味噌		ほうれん草 もやし 人参		13.1 g
			バナナ			バナナ		6.1 g
			メロンパン風トースト	バター	食パン 砂糖 薄力粉 油			116 kcal
おやつ								
3	木	10時 昼食	牛乳	牛乳				67 kcal
			バターロール		バターロール			372 kcal
			鶏肉のトマトソース煮	鶏肉	薄力粉 油 じゃが芋 砂糖	玉葱 人参 ブロッコリー トマト缶	コンソメ 塩 ケチャップ	16.2 g
			ツナマヨサラダ	ツナ	マヨネーズ	キャベツ 人参 胡瓜		15 g
			りんご					
おやつ	ふかしさつま芋			さつま芋		80 kcal		
4	金	10時 昼食	野菜ジュース		野菜ジュース			67 kcal
			五目ラーメン	豚肉 しんじょ	中華麺 ごま油	人参 筍 白菜 もやし 葱	鶏ガラ 醤油 塩 葱	319 kcal
			花しゅうまい	豚肉 白はんぺん 豆腐	片栗粉 砂糖 焼売の皮	玉葱 生姜	塩 酒 醤油 こしょう	14.8 g
			たたき胡瓜		砂糖 ごま油	胡瓜	塩 酢 醤油	10 g
			みかん缶			みかん缶		
おやつ	チャーハンむすび	豚肉 竹輪	胚芽米 油	椎茸	鶏ガラ 醤油 酒 塩	143 kcal		
5	土	昼食	ガバオ風ライス	鶏肉	砂糖	玉葱 ピーマン パプリカ	醤油 オイスターソース 塩 鶏ガラ	302 kcal
			もやしスープ	ベーコン		もやし 人参 ほうれん草	醤油 塩 コンソメ	14 g
			白桃缶			白桃缶		10.2 g
			豆乳プリンタルト				豆乳プリンタルト	90 kcal
7	月	10時 昼食	牛乳	牛乳				67 kcal
			ごはん		胚芽米			366 kcal
			鯖の土佐漬け焼き	鯖 鯉節	砂糖	生姜	酢 みりん 醤油	12.3 g
			里芋と白菜の味噌汁	味噌		里芋 白菜 人参 葱		12.5 g
			フルーツヨーグルト	ヨーグルト	砂糖	みかん缶 パイン缶		
おやつ	ココアクッキー	バター	薄力粉 砂糖		ココア	209 kcal		
8	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			303 kcal
			鶏肉のレモン和え	鶏肉	片栗粉 油 砂糖	レモン果汁	酒 醤油	11.5 g
			和風サラダ	わかめ しらす	油 砂糖	レタス 胡瓜	酢 醤油	7.4 g
			野菜汁		さつま芋	大根 人参 葱	塩	
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		
9	水	10時 昼食	野菜ジュース		野菜ジュース			31 kcal
			五目うどん	豚肉	うどん	人参 白菜 しめじ 小松菜	塩 醤油 みりん	289 kcal
			ちくわの磯部揚げ	竹輪 青のり	薄力粉 油			12.4 g
			バナナ			バナナ		7 g
おやつ	ゆかりむすび		胚芽米		ゆかり	109 kcal		
10	木	10時 昼食	牛乳	牛乳				67 kcal
			ごはん		胚芽米			291 kcal
			豚肉とピーマンの細切り炒め	豚肉	油 じゃが芋 砂糖 片栗粉	筍 ピーマン パプリカ	酒 鶏ガラ 塩 醤油	8.4 g
			わかめスープ	わかめ	ビーフン ごま油	葱	鶏ガラ 醤油 塩	6.6 g
			パイン缶			パイン缶		
おやつ	りんごケーキ	卵 バター 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖	りんご		180 kcal		
11	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			290 kcal
			コーンシチュー	鶏肉 牛乳	コーン コーン缶 油 じゃが芋	玉葱 人参 グリンピース	コンソメ 塩 シチューフレーク	9.7 g
			野菜サラダ		砂糖 油	トマト 胡瓜 キャベツ	酢 塩	9.1 g
			オレンジ			オレンジ		
おやつ	塩むすび	昆布	胚芽米		塩	108 kcal		
15	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			313 kcal
			白身魚のごまみそ焼き	メルルーサ 味噌	砂糖 ごま		酒 みりん	14.6 g
			さつま芋とりんごのサラダ		さつま芋 油 オリーブオイル 砂糖	胡瓜 レタス りんご	酢 塩	6.1 g
			けんちん汁	鶏肉 豆腐		人参 大根 蒟蒻 葱	塩 醤油	
おやつ	バナナマフィン	卵 牛乳 バター	ホットケーキミックス 砂糖	バナナ		155 kcal		
16	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			278 kcal
			栄養きんぴら	豚肉 黒はんぺん	油 ごま 砂糖	ごぼう 人参 蒟蒻 ピーマン	醤油 カレー粉	8.9 g
			油揚げともやしの味噌汁	油揚げ 味噌		もやし 葱		7.3 g
			柿			柿		
おやつ	シュガートースト	バター	食パン グラニュー糖			102 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	木	10時 昼食	牛乳	牛乳				67 kcal		
			人参ごはん		胚芽米	人参	醤油 塩	316 kcal		
			里芋のうま煮	鶏肉	砂糖	人参 ごぼう 里芋 蒟蒻 グリンピース	醤油 グリンピース	11.7 g		
			野菜の胡麻和え		砂糖 ごま	ほうれん草 キャベツ 人参	醤油	4.1 g		
		りんご			りんご					
		おやつ	パンナコッタ苺ソース	牛乳 生クリーム	砂糖		アガー 苺ソース	169 kcal		
18	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			406 kcal		
			ミートローフ	豚肉 卵	コーン パン粉 油 砂糖	玉葱 人参 グリンピース	塩 ケチャップ ソース	15.7 g		
			マカロニサラダ	ハム	マカロニ マヨネーズ	キャベツ 胡瓜		19.0 g		
		かぼちゃのポタージュ	バター 牛乳 生クリーム		南瓜 玉葱	コンソメ				
		おやつ	しらすむすび		胚芽米		しらすの素	110 kcal		
19	土	10時 昼食	焼うどん	豚肉 鰹節 青のり	うどん	人参 玉葱 キャベツ	醤油	300 kcal		
			駿河汁	黒はんぺん 味噌		大根 人参 白菜 葱		10.1 g		
			黄桃缶			黄桃缶		4.8 g		
			ブルーベリータルト				ブルーベリータルト	90 kcal		
				21	月	10時 昼食	牛乳	牛乳		
ごはん		胚芽米					385 kcal			
たらのコーンマヨネーズ	たら 粉チーズ	マヨネーズ コーン					17.1 g			
納豆チーズサラダ	納豆 チーズ ツナ	ごま ごま油	人参 胡瓜 レタス	酢 醤油			13.2 g			
さつま芋の味噌汁	味噌 油揚げ わかめ	さつま芋	椎茸							
		おやつ	いちごフルーチェ	牛乳			フルーチェの素	37 kcal		
22	火	10時 昼食	りんごジュース		りんごジュース			43 kcal		
			スパゲティナポリタン	ウインナー 粉チーズ	パスタ 油	玉葱 マッシュルーム ピーマン	塩 コンソメ ケチャップ ソース	251 kcal		
			野菜とりんごのサラダ		油 砂糖	キャベツ レタス 胡瓜 りんご レモン果汁	レモン果汁	8.3 g		
			ココロスープ	ベーコン	コーン	大根 人参	コンソメ 塩	6.8 g		
		おやつ	五平餅風むすび	味噌	胚芽米 砂糖 ごま 油	酒	139 kcal			
23	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			314 kcal		
			鮭のバター焼き	鮭 バター			塩 こしょう	11.6 g		
			切り干し大根の含め煮	油揚げ	砂糖	切り干し大根 人参	醤油	6.8 g		
		おやつ	バナナ			バナナ				
		24	木	10時 昼食	牛乳	牛乳			67 kcal	
ハヤシライス	牛肉	胚芽米 じゃが芋 油			人参 玉葱 セロリ グリンピース	コンソメ ハヤシフレーク デミグラス缶	392 kcal			
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 人参	酢	10.5 g			
みかん缶					みかん缶		13.3 g			
		おやつ		ツナパン	ツナ 卵 牛乳	ホットケーキミックス マヨネーズ	玉葱 パセリ	152 kcal		
25	金	10時 昼食	野菜ジュース		野菜ジュース			31 kcal		
			ごはん		胚芽米			297 kcal		
			野菜入り卵焼き	卵 ツナ	砂糖	ほうれん草 人参	塩 コンソメ	9.9 g		
			ハムと大根のマヨネーズ和え	ハム	マヨネーズ	胡瓜 大根		11.1 g		
		おやつ	オニオンスープ			玉葱 人参 パセリ	コンソメ 塩	38 kcal		
		26	土	10時 昼食	豚丼	豚肉	胚芽米 砂糖	人参 玉葱	醤油	297 kcal
わかめスープ	わかめ				もやし 葱	鶏ガラ 塩	9.8 g			
バナナ					バナナ		5.6 g			
おやつ	もものタルト					もものタルト	90 kcal			
28	月	10時 昼食		牛乳	牛乳				67 kcal	
			麻婆丼	豚肉 豆腐 味噌	胚芽米 油 片栗粉 砂糖	椎茸 人参 葱 ニンニク 生姜	オイスターソース 鶏ガラ 生薬	381 kcal		
			パンサンデー	ハム 卵	春雨 ごま油 砂糖	キャベツ 胡瓜 人参	酢 醤油	10.4 g		
			パイ缶					9.6 g		
		おやつ	マールカオ	牛乳 卵	ホットケーキミックス 黒砂糖 ごま油		醤油	148 kcal		
29	火	10時 昼食	りんごジュース		りんごジュース			43 kcal		
			焼きそば	豚肉 鰹節 青のり	焼きそば麺 油	玉葱 人参 キャベツ もやし	ソース	286 kcal		
			きのこスープ	ベーコン		しめじ えのき 青梗菜	醤油 塩 鶏ガラ	8.6 g		
			バナナ			バナナ		8.5 g		
		おやつ	きつねむすび	油揚げ	胚芽米 砂糖 ごま		醤油	146 kcal		
30	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			298 kcal		
			鶏の味噌漬け焼き	鶏肉 味噌	砂糖	生姜	醤油 みりん 酒	14.4 g		
			切り干し大根の胡麻マヨサラダ	ツナ	マヨネーズ ごま	切り干し大根 胡瓜 人参	醤油	8.3 g		
		おやつ	海苔スープ	海苔		葱	醤油 塩	50 kcal		
		31	木	10時 昼食	牛乳	牛乳			67 kcal	
カレーライス	豚肉 スキムミルク	胚芽米 油			玉葱 人参 なす 蓮根	チャツネ カレーフレーク	408 kcal			
ココロサラダ	チーズ	さつま芋 マヨネーズ			南瓜 人参		10.9 g			
りんご					りんご		13.6 g			
おやつ	ブルーベリージャムサンド			食パン		ジャム	71 kcal			