

令和6年11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

3歳児以上児食用

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		
1	金	昼食	人参ブレッド		人参ブレッド			
			ポトフ	鶏肉 ウインナー ベーコン	じゃが芋	玉葱 人参 キャベツ パセリ	コンソメ 醤油 塩	462 kcal
			マカロニサラダ	ツナ	マカロニ マヨネーズ	胡瓜 人参		17.2 g
			パイン缶			パイン缶		20.3 g
			牛乳	牛乳				67 kcal
おやつ	カスタードプリン	牛乳			プリン	97 kcal		
	2	土	昼食	豚の生姜焼き丼	豚肉	胚芽米 砂糖	玉葱 生姜	醤油 酒
野菜汁						さつま芋 大根 人参 葱	塩	16.2 g
バナナ						バナナ		13 g
メープルマフィン							メープルマフィン	90 kcal
5	火	昼食	肉みそうどん	豚肉 味噌	うどん 油 砂糖	にんにく 生姜 玉葱 椎茸 人参 グリンピース	酒	354 kcal
			ひじきサラダ	ひじき 鶏肉	砂糖 ごま コーン マヨネーズ	胡瓜 人参	醤油	11.6 g
			黄桃缶			黄桃缶		8.6 g
			牛乳	牛乳				67.0 kcal
			おやつ	ふかしさつま芋			さつま芋	塩
6	水	昼食	ふりかけごはん		胚芽米		ふりかけ	
			白身魚のおろし煮	赤魚	砂糖	大根 生姜	醤油 みりん 酒	382 kcal
			五目豆	鶏肉 さつま揚げ 大豆	砂糖	人参 蒟蒻	醤油	16.3 g
			油揚げと青菜の味噌汁	油揚げ 味噌		小松菜		8.6 g
			おやつ	ピーチフルーチェ	牛乳			フルーチェ
7	木	昼食	すき焼き風煮丼	牛肉 豆腐	胚芽米 油 砂糖	玉葱 蒟蒻 白菜 人参 しめじ 葱	醤油	390 kcal
			南瓜の味噌汁	わかめ 味噌		南瓜 玉葱		12.6 g
			りんご			りんご		7.7 g
			おやつ	きな粉ラスク	きな粉 バター	食パン 砂糖		
8	金	昼食	ミニ食パン		ミニ食パン			
			ハンバーグきのこソース	合挽肉 牛乳 卵 バター	パン粉 片栗粉 砂糖	玉葱 えのき しめじ	塩 こしょう 醤油	380 kcal
			ツナサラダ	ツナ	砂糖	キャベツ 胡瓜 人参	レモン果汁 塩	19.9 g
			野菜スープ			玉葱 人参 ほうれん草	醤油 塩 コンソメ	13.5 g
			牛乳	牛乳				67 kcal
おやつ	栗むすび	昆布	胚芽米 栗		塩	122.0 kcal		
9	土	昼食	ビビンバ風ごはん	豚肉	胚芽米 砂糖 油 ごま油	生姜 にんにく ほうれん草 もやし 人参	醤油 酒 鶏ガラ	431 kcal
			中華スープ	卵 豆腐		玉葱	鶏ガラ 醤油	15.8 g
			バナナ			バナナ		11.9 g
			おやつ	りんごのタルト				りんごのタルト
11	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 にんにく 人参 椎茸 もやし 青梗菜	醤油 鶏ガラ	397 kcal
			春雨サラダ	ハム	春雨 ごま油 砂糖	胡瓜	醤油 酢	12.5 g
			みかん缶			みかん缶		7.5 g
			おやつ	お好み焼き	豚肉 鰹節 卵	コーン マヨネーズ お好み焼き粉	キャベツ	ソース
12	火	昼食	ごはん		胚芽米			
			若鶏の甘辛和え	鶏肉	片栗粉 油 砂糖	生姜	酒 醤油	363.0 kcal
			野菜の胡麻和え		ごま 砂糖	ほうれん草 キャベツ 人参	醤油	15.6 g
			みそ汁	味噌	麩	玉葱 小松菜		8.5 g
			牛乳	牛乳				67.0 kcal
おやつ	さつま芋蒸しパン	牛乳 卵	ホットケーキミックス 砂糖 さつま芋 油			119 kcal		
13	水	昼食	ミニ食パン		ミニ食パン			
			ポテトグラタン	ベーコン 生クリーム チーズ	じゃが芋	玉葱 パセリ	塩	318 kcal
			野菜のレモン酢和え		砂糖	キャベツ レタス 胡瓜	レモン果汁 塩	11.7 g
			もやしスープ	ベーコン		もやし 人参	コンソメ 塩 醤油	12.1 g
			おやつ	お麩のラスク	バター	麩 砂糖		
14	木	昼食	オムライス	ハム 卵	胚芽米 油	玉葱 パセリ	ケチャップ コンソメ 塩	
			ほうれん草のスープ		コーン	ほうれん草 人参	コンソメ 塩	339 kcal
			バナナ			バナナ		10.4 g
			牛乳	牛乳				6.7 g
おやつ	ジャムサンド		食パン		いちごジャム	71 kcal		
15	金	昼食	和風スパゲティ	バター 鶏肉 ウインナー	パスタ 油	玉葱 えのき しめじ 椎茸 ほうれん草	コンソメ 塩 醤油	282 kcal
			かきたま汁	卵 豆腐		人参 葱	醤油 塩	11.0 g
			りんご			りんご		7 g
			おやつ	海苔むすび	海苔	胚芽米 ごま ごま油 砂糖		醤油

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		
18	月	昼食	ごはん		胚芽米			
			煮魚	鯖	砂糖	生姜	醤油 みりん	354 kcal
			切り干し大根の甘煮	豚肉 さつま揚げ	砂糖	切干大根 人参 いんげん	醤油	15.7 g
			三色みそ汁	味噌	じゃが芋	人参 小松菜		7.5 g
		おやつ	ショートブレッド	バター	薄力粉 砂糖			169 kcal
19	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 ほうれん草	鶏ガラ 醤油	371 kcal
			ポテトサラダ	ハム	じゃが芋 マヨネーズ	胡瓜 人参	塩 こしょう	13.5 g
			みかん			みかん		14.3 g
			牛乳	牛乳			オイスターソース	67 kcal
		おやつ	肉まん風蒸しパン	豚肉	ホットケーキミックス 油 砂糖 片栗粉 ごま油	玉葱	鶏ガラ 醤油	153 kcal
20	水	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 みりん	356 kcal
			豆腐とわかめの味噌汁	豆腐 わかめ 味噌				13.6 g
			りんご			りんご		5.5 g
		おやつ	どら焼き		パンケーキ さつま芋 砂糖			155 kcal
21	木	昼食	ごはん		胚芽米			
			里芋と豚肉の味噌煮	豚肉 鰹節 味噌	砂糖 油	人参 蒟蒻 里芋 グリンピース	醤油	365 kcal
			海苔スープ	海苔 わかめ		葱 えのき	醤油 塩	13.2 g
			パン缶			パン缶		7.4 g
		おやつ	フライドポテト		フライドポテト 油		塩	117 kcal
22	金	昼食	バターロール		バターロール			
			ポークビーンズ	豚肉 大豆	じゃが芋 油 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	414 kcal
			レタスとパインのサラダ		砂糖	レタス 胡瓜 パイン缶	レモン果汁 塩	14.7 g
			バナナ			バナナ		10.8 g
		おやつ	牛乳	牛乳				67 kcal
25	月	昼食	ごはん		胚芽米			
			コーンチキンカレー	鶏肉 スキムミルク	胚芽米 コーン じゃが芋	玉葱 人参	カレーフレーク	444 kcal
			フレンチサラダ	ハム	オリーブオイル 砂糖	キャベツ 胡瓜	酢 塩	12.9 g
			黄桃缶			黄桃缶		11.3 g
		おやつ	蒸しパン	卵 牛乳	ホットケーキミックス 油 砂糖			108 kcal
26	火	昼食	ごはん		胚芽米			
			関東風おでん	豚肉 厚揚げ 竹輪	砂糖 じゃが芋	大根 蒟蒻	醤油	403 kcal
			青菜のツナ和え	ツナ 鰹節	コーン 砂糖	チンゲン菜	醤油	15.1 g
			りんご			りんご		7.9 g
		おやつ	牛乳(中・長のみ)	牛乳				67.0 kcal
27	水	昼食	ごはん		胚芽米			
			関東風おでん	豚肉 厚揚げ 竹輪	砂糖 じゃが芋	大根 蒟蒻	醤油	403 kcal
			青菜のツナ和え	ツナ 鰹節	コーン 砂糖	チンゲン菜	醤油	15.1 g
			りんご			りんご		7.9 g
		おやつ	牛乳(中・長のみ)	牛乳				67.0 kcal
28	木	昼食	ごはん		胚芽米			
			関東風おでん	豚肉 厚揚げ 竹輪	砂糖 じゃが芋	大根 蒟蒻	醤油	403 kcal
			青菜のツナ和え	ツナ 鰹節	コーン 砂糖	チンゲン菜	醤油	15.1 g
			りんご			りんご		7.9 g
		おやつ	牛乳(中・長のみ)	牛乳				67.0 kcal
29	金	昼食	ごはん		胚芽米			
			関東風おでん	豚肉 厚揚げ 竹輪	砂糖 じゃが芋	大根 蒟蒻	醤油	403 kcal
			青菜のツナ和え	ツナ 鰹節	コーン 砂糖	チンゲン菜	醤油	15.1 g
			りんご			りんご		7.9 g
		おやつ	牛乳(中・長のみ)	牛乳				67.0 kcal
30	土	昼食	ごはん		胚芽米			
			関東風おでん	豚肉 厚揚げ 竹輪	砂糖 じゃが芋	大根 蒟蒻	醤油	403 kcal
			青菜のツナ和え	ツナ 鰹節	コーン 砂糖	チンゲン菜	醤油	15.1 g
			りんご			りんご		7.9 g
		おやつ	牛乳(中・長のみ)	牛乳				67.0 kcal