

令和7年12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		
1	月	昼食	ごはん		胚芽米			346 kcal
			鰯の照り焼き	さわか	砂糖	ショウガ	醤油 みりん	16.7 g
			五目豆煮	大豆 鶏肉 こんぶ さつまあげ	油 砂糖	ごぼう 人参	醤油	7.3 g
			大根のみそ汁	味噌		大根 人参		
		おやつ	みそポテト	味噌	じゃが芋 油 小麦粉 砂糖		みりん	119 kcal
2	火	昼食	ごはん		胚芽米			333 kcal
			れんこんハンバーグ	豚肉	砂糖 片栗粉	蓮根 玉葱 人参	醤油 塩 こしょう	13.9 g
			小松菜の磯和え	海苔		小松菜 人参	醤油	9.3 g
			油揚げともやしのみそ汁	油揚げ 味噌		もやし 葱		
		おやつ	パインゼリー			パイン缶	パインゼリーの素	51 kcal
3	水	昼食	ほうとううどん	鶏肉 味噌	うどん	大根 人参 椎茸 南瓜 葱		261 kcal
			ツナサラダ	ツナ	マヨネーズ	キャベツ 胡瓜		8.1 g
			ウエハース				ウエハース	6.4 g
		おやつ	梅じそにぎり		胚芽米		梅じそふりかけ	110 kcal
4	木	昼食	ごはん		胚芽米			388 kcal
			八宝菜	豚肉 かまぼこ	砂糖 片栗粉 油	玉葱 人参 白菜 筍 ほうれん草 椎茸	鶏がらスープの素 塩 醤油	13.0 g
			豆腐の中華スープ	豆腐 わかめ	ごま油	葱	鶏がらスープの素 塩 醤油	8.4 g
			みかん			みかん		
		おやつ	かりんとう風トースト		食パン 黒砂糖 砂糖 バター			101 kcal
5	金	昼食	人参ブレッド		人参ブレッド			424 kcal
			マカロニグラタン	鶏肉 牛乳 チーズ	マカロニ バター 油 小麦粉	玉葱 人参 パセリ	コンソメ 塩 こしょう	15 g
			コロコロスープ	ベーコン		大根 人参 コーン	コンソメ 塩	15.9 g
			黄桃缶			黄桃缶		
		おやつ	牛乳	牛乳				67 kcal
6	土	昼食	たぬきにぎり	青のり	胚芽米 天かす		めんつゆ	126 kcal
			ごはん		胚芽米			365 kcal
			豆腐の中華煮	豆腐 豚肉	油 砂糖 片栗粉	人参 もやし 椎茸 ショウガ ニンニク グリンピース	鶏がらスープの素 塩 醤油	11.0 g
			チンゲン菜ときのこのスープ		ごま油	しめじ チンゲン菜	鶏がらスープの素	6.7 g
		おやつ	パイナップル			パイナップル		
8	月	昼食	メープルマフィン				メープルマフィン	131 kcal
			ごはん		胚芽米			346 kcal
			赤魚の味噌漬け焼き	赤魚 味噌	砂糖		酒 みりん	15.7 g
			かぼちゃサラダ		マヨネーズ	南瓜 人参 胡瓜 コーン		5.6 g
		おやつ	豆腐とわかめのすまし汁	豆腐 わかめ			塩 醤油	67 kcal
9	火	昼食	牛乳	牛乳				71 kcal
			ジャムサンド		食パン		ジャム	
			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 ハヤシルウ	442 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 コーン	酢 塩	12.9 g
		おやつ	りんご			りんご		13.5 g
10	水	昼食	蒸しパン	牛乳 卵	ホットケーキミックス 砂糖 バター			102 kcal
			人参ごはん		胚芽米 バター	人参	塩 コンソメ	451 kcal
			白菜のクリームシチュー	鶏肉 牛乳	油	玉葱 人参 白菜 しめじ	ホワイトルウ	14.1 g
			ブロッコリーとツナのサラダ	ツナ	マヨネーズ ごま	ブロッコリー	めんつゆ	19.1 g
		おやつ	オレンジ			オレンジ		
11	木	昼食	お麩ラスク	麩	バター 砂糖 油			37 kcal
			ミートスパゲティ	豚肉 スkimミルク	スパゲティ 油	玉葱 人参 椎茸 グリンピース	ケチャップ コンソメ 塩	381 kcal
			キャベツとコーンのサラダ		油 砂糖	キャベツ コーン 胡瓜	酢 醤油	16.1 g
			もやしスープ	ベーコン		もやし 人参 ほうれん草	コンソメ 塩 醤油	14.1 g
		おやつ	パンナコッタ	牛乳	砂糖 生クリーム		アガー いちごソース	161 kcal
12	金	昼食	バターロール		バターロール			497 kcal
			ポトフ	ウインナー 鶏肉 ベーコン	じゃが芋	玉葱 人参 キャベツ	コンソメ 塩 醤油	14.5 g
			マカロニサラダ	ハム	マカロニ マヨネーズ	人参 胡瓜		19.1 g
			バナナ			バナナ		
		おやつ	牛乳	牛乳				67 kcal
13	土	昼食	塩むすび	こんぶ	胚芽米		塩	108 kcal
			二色丼	鶏肉 卵	胚芽米 油 砂糖		酒 醤油	369 kcal
			みそ汁	わかめ 味噌		大根 人参		17 g
			みかん缶			みかん缶		9.5 g
		おやつ	ブルーベリータルト				ブルーベリータルト	87 kcal

日	曜	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	月	<div>  </div> 昼食	ごはん		胚芽米			467 kcal
			若鶏のからあげ	鶏肉	油 片栗粉	ショウガ	酒 醤油	15.1 g
			フライドポテト		油 フライドポテト			15.2 g
			ほうれん草スープ			ほうれん草 人参 コーン	コンソメ 塩	
			カットケーキ				カットケーキ	
16	火	<div>  </div> おやつ	りんごゼリー		りんごジュース		ゼリーの素	52 kcal
			キーマカレー	合いびき肉	油	玉葱 人参 トマト缶 ショウガ グリンピース	カレールウ	428 kcal
			ロースハムのサラダ	ハム	油 砂糖	キャベツ 胡瓜 人参	塩 酢	14.1 g
			ウエハース				ウエハース	15 g
			きなこラスク	きなこ	食パン 砂糖 バター			153 kcal
17	水	<div>  </div> 昼食	サンマー麺	豚肉 かまぼこ	中華麺 ごま油 片栗粉	人参 もやし 白菜 ニンニク 葱	醤油 酒 鶏がらスープの素	383 kcal
			ぎょうざの中身バーグ	豚肉 豆腐	ごま油 片栗粉 砂糖	にら キャベツ ショウガ	酒 醤油 鶏がらスープの素 塩 こしょう	18.2 g
			きなこもち				きなこもち	11.9 g
			ちゅもつば風おにぎり	海苔	胚芽米 ごま油 ごま	沢庵 人参	塩	123 kcal
			ミニ食パン		ミニ食パン		デミグラス缶 コンソメ 塩	319 kcal
18	木	<div>  </div> 昼食	煮込みハンバーグ	合いびき肉 卵 牛乳	パン粉 油	玉葱 人参 マッシュルーム	ケチャップ ハヤシルウ	15.4 g
			野菜スープ			人参 玉葱 コーン キャベツ	コンソメ 塩	10.1 g
			パイン缶			パイン缶		
			牛乳	牛乳				67 kcal
			肉まん				肉まん	92 kcal
19	金	<div>  </div> 終業式 半日保育	ごはん		胚芽米			455 kcal
			ツナと卵の炒り豆腐	ツナ 豆腐 卵	油 砂糖	椎茸 玉葱 人参 葱	醤油	14.5 g
			ごまあえ		ごま 砂糖	キャベツ ほうれん草	醤油	11.9 g
			さつま芋のみそ汁	味噌 わかめ 油揚げ	さつま芋	椎茸		
			豆腐屋さんのドーナッツ				ドーナッツ	117 kcal
20	土	<div>  </div> 昼食	ごはん		胚芽米			378 kcal
			豚肉の味噌炒め煮	豚肉 味噌	油 片栗粉	玉葱 人参 キャベツ ピーマン しめじ	鶏がらスープの素 醤油	13.2 g
			すまし汁	豆腐		ほうれん草	塩 醤油	10.3 g
			みかん			みかん		
			プリン				プリン	97 kcal
22	月	<div>  </div> 昼食	ごはん		胚芽米			423 kcal
			五目卵焼き	卵 鶏肉	油 砂糖	玉葱 人参 椎茸 葱	醤油	17.2 g
			芋煮汁	豚肉 味噌	さつま芋	ごぼう 人参 大根 ほうれん草		10.1 g
			黄桃缶			黄桃缶		
			職員会議のため15時までの保育					
23	火	<div>  </div> 昼食	ごはん		胚芽米			380 kcal
			魚の野菜のあんかけ	たら	油 片栗粉 砂糖	玉葱 人参 白菜 椎茸 もやし	鶏がらスープの素 醤油 カレー粉	15.2 g
			ひじきサラダ	鶏肉 ひじき	マヨネーズ	人参 胡瓜 コーン		9.5 g
			みかん			みかん		
			ピザトースト	ツナ チーズ	食パン	玉葱 コーン	ケチャップ	91 kcal
24	水	<div>  </div> 昼食	コーンバターライス		胚芽米 バター	コーン パセリ	塩	429 kcal
			鶏の照り焼き	鶏肉	油 砂糖		酒 みりん 醤油	16.6 g
			ポパイサラダ	ツナ	マヨネーズ	ほうれん草 人参 コーン		16.3 g
			オニオンスープ			玉葱 人参	醤油 塩 コンソメ	
			スノーボール		ホットケーキミックス 片栗粉 油 砂糖			157 kcal
25	木	<div>  </div> 昼食	ごはん		胚芽米			378 kcal
			すき焼き風煮	牛肉 焼豆腐	油 砂糖	玉葱 人参 葱 白菜 しめじ こんにゃく 絹さや	醤油	12.9 g
			すまし汁	わかめ 麩		椎茸 葱	塩 醤油	7.6 g
			オレンジ			オレンジ		
			ココア&いちごのカップケーキ				ココア&いちごのカップケーキ	144 kcal
26	金	<div>  </div> 昼食	ごはん		胚芽米			366 kcal
			煮込みおでん	鶏肉 こんぶ 黒はんぺん	砂糖 じゃが芋	大根 こんにゃく	醤油	14.6 g
			野菜のみそ汁	味噌 わかめ		玉葱 人参 キャベツ 小松菜		4 g
			りんご			りんご		
			フルーチェ	牛乳			フルーチェ	37 kcal
27	土	<div>  </div> 昼食	豚丼	豚肉	胚芽米 油 ごま 砂糖	玉葱 人参	醤油 酒 みりん	387 kcal
			じゃが芋のみそ汁	味噌 わかめ	じゃが芋			12.2 g
			みかん缶			みかん缶		11.4 g
			りんごのタルト				りんごのタルト	103 kcal
			12/28(日)~1/4(日) 年末年始のため閉園					