

令和7年1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

未満児食用

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			
4	土	昼食	ごはん		胚芽米			306 kcal 8.1 g 6.4 g 60 kcal	
			ツナじゃが	ツナ	油 じゃが芋 砂糖	玉葱 人参 蒟蒻 グリンピース	醤油		
			豆腐とわかめ味噌汁	味噌 豆腐 わかめ					
			みかん缶			みかん缶			
		おやつ	もものゼリー				もものゼリー		
6	月	10時 昼食	牛乳					67 kcal 395 kcal 11.6 g 12.9 g 71 kcal	
			コーンチキンカレーライス	鶏肉 スキムミルク	じゃが芋 コーン	玉葱 人参	カレーフレーク		
			キャベツの胡麻マヨサラダ	ツナ	ごま マヨネーズ ごま油	キャベツ 人参	塩		
			黄桃缶			黄桃缶			
		おやつ	ジャムサンド		食パン		ブルーベリージャム		
7	火	10時 昼食	りんごジュース					43 kcal 306 kcal 11.7 g 6.5 g 133 kcal	
			七草ごはん		胚芽米		七草の素 塩		
			魚と野菜の中華あんかけ	たら	片栗粉 油 砂糖 ごま油 片栗粉	人参 椎茸 白菜 チンゲン菜	鶏ガラ 醤油		
			里芋の味噌汁	味噌 わかめ		里芋 人参 葱			
		おやつ	バナナ				バナナ		
		おやつ	蒸しあんぱん	豆乳 あんこ	ホットケーキミックス				
8	水	10時 昼食	野菜ジュース					31 kcal 284 kcal 9.8 g 12.5 g 130.0 kcal	
			塩ラーメン	豚肉	中華麺 ごま油 コーン	人参 キャベツ もやし 葱 にんにく	塩 鶏ガラ		
			ポテトサラダ	ハム	じゃが芋 マヨネーズ	胡瓜 人参	塩		
			みかん			みかん			
		おやつ	おなかチーズにぎり	鰹節 チーズ	胚芽米		醤油		
9	木	10時 昼食	牛乳					67 kcal 268 kcal 8.5 g 2.1 g 158.0 kcal	
			ごはん		胚芽米				
			味噌おでん	味噌 鶏肉 黒はんぺん	砂糖 じゃが芋	蒟蒻 大根			
			三色おひたし	鰹節	砂糖	ほうれん草 人参 もやし	醤油		
		おやつ	パン缶				パン缶		
		おやつ	ホットビスケット	バター 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖				
10	金	10時 昼食	野菜ジュース					31.0 kcal 290 kcal 9.6 g 8.1 g 160.0 kcal	
			ミニ食パン						
			ホワイトシチュー	ベーコン 鶏肉 牛乳	油 じゃが芋	玉葱 人参 グリンピース	シチューフレーク		
			野菜サラダ		油 砂糖	トマト 胡瓜 キャベツ	酢 塩		
		おやつ	りんご				りんご		
		おやつ	ブラマンジェ	牛乳 生クリーム	砂糖 オレンジジュース 片栗粉		アガー		
11	土	10時 昼食	二色丼	鶏肉 卵	胚芽米 砂糖 油		グリンピース	醤油 酒	301 kcal 14.8 g 8.3 g 60 kcal
			油揚げともやしの味噌汁	味噌 油揚げ			もやし 人参 葱		
			白桃缶				白桃缶		
			青りんごゼリー				青りんごゼリー		
14	火	10時 昼食	りんごジュース					43 kcal 331.0 kcal 15.1 g 3.7 g 118 kcal	
			ごはん		胚芽米				
			白身魚のおろし煮	たら	砂糖	大根	醤油 酒 みりん		
			フルーツサラダ	ヨーグルト	砂糖 マヨネーズ	パン缶 みかん缶 バナナ			
		おやつ	豚汁	豚肉 味噌 豆腐			大根 人参 ごぼう ほうれん草		
		おやつ	うさぎ:おからドーナツ	おから 豆乳	ホットケーキミックス 砂糖 油				
		おやつ	ひよこりす:蒸しパン	卵 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖 油				
15	水	10時 昼食	野菜ジュース					31 kcal 307.0 kcal 12.8 g 6.0 g 109.0 kcal	
			ごはん		胚芽米				
			石狩鍋風	鮭 豆腐 バター 味噌	じゃが芋 コーン 砂糖	キャベツ 人参 玉葱 大根 葱	酒 みりん 塩		
			大豆の磯辺煮	大豆 ひじき 油揚げ	砂糖	人参 蒟蒻	醤油		
		おやつ	りんご				りんご		
		おやつ	みかんケーキ		ホットケーキミックス 油		みかん缶		
16	木	10時 昼食	牛乳					67 kcal 269 kcal 11.3 g 6.0 g 94.0 kcal	
			ごはん		胚芽米				
			若鶏のから揚げ	鶏肉	片栗粉 油	生姜	酒 醤油		
			小松菜の磯和え	海苔		小松菜 人参 もやし	醤油		
		おやつ	野菜汁				大根 人参 さつま芋 葱	塩	
		おやつ	うさぎ:サイコロラスク	バター	食パン 砂糖				
		おやつ	ひよこりす:ジャムサンド		食パン		いちごジャム		
17	金	10時 昼食	野菜ジュース					31 kcal 398 kcal 18.2 g 20.1 g 146 kcal	
			バターロール		バターロール				
			オムレツ	卵 合挽肉	砂糖 油	玉葱	塩 ケチャップ		
			グリーンマヨサラダ		コーン マヨネーズ	キャベツ 胡瓜 ブロッコリー			
		おやつ	ミネストローネ	ベーコン	油 砂糖 マカロニ	人参 玉葱 キャベツ セロリ トマト缶 パセリ	コンソメ ケチャップ		
		おやつ	きつねにぎり	油揚げ	胚芽米 砂糖 ごま		醤油		
18	土	10時 昼食	焼肉丼	豚肉	胚芽米 砂糖 油		玉葱 人参	醤油 酒	313 kcal 11.1 g 10.6 g 90 kcal
			中華スープ	卵	片栗粉 ごま油		もやし 葱		
			バナナ				バナナ		
			いちごスティック				いちごスティック		

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		
20	月	10時 昼食	牛乳					67 kcal
			ごはん		胚芽米		オイスターソース	
			麻婆豆腐	豚肉 味噌 豆腐	油 砂糖 片栗粉	生姜 にんにく 人参 葱 椎茸	鶏ガラ 醤油	380 kcal
			パンサンスー	ハム 卵	春雨 砂糖 ごま油	胡瓜 人参	酢 醤油	10.4 g
		おやつ	パイン缶			パイン缶	9.6 g	
		おやつ	いちごブルーチェ	牛乳			ブルーチェの素	40 kcal
21	火	10時 昼食	りんごジュース					43 kcal
			ごはん		胚芽米			
			五目きんぴら	牛肉	油 じゃが芋 砂糖	ごぼう 人参 蒟蒻 生姜 いんげん	醤油 みりん	327 kcal
			豆腐と麩の味噌汁	豆腐 味噌	麩	葱		9.6 g
		おやつ	りんご			りんご	8.5 g	
		おやつ	ブルーベリーマフィン	卵 牛乳 バター	ホットケーキミックス		ブルーベリージャム	145 kcal
22	水	10時 昼食	野菜ジュース					31 kcal
			カレーうどん	豚肉	うどん	人参 玉葱 小松菜	カレーフレーク そばつゆ	217 kcal
			ブロッコリーの胡麻和え		ごま 砂糖	ブロッコリー 人参	醤油	10.5 g
		おやつ	バナナ			バナナ	4.4 g	
				おやつ	うさぎ:フライドポテト		フライドポテト 油	
			ひよこりす:こふき芋		じゃが芋		塩	35 kcal
23	木	10時 昼食	牛乳					67 kcal
			ごはん		胚芽米			
			れんこんハンバーグ	豚肉	砂糖 片栗粉	蓮根 玉葱 人参	ケチャップ ソース 塩	355 kcal
			コーンマヨサラダ		コーン マヨネーズ	キャベツ 胡瓜 人参		11.5 g
		おやつ	人参クリームスープ	バター 牛乳		人参 玉葱	コンソメ 塩	13.1 g
		おやつ	しらすチーズトースト	しらす チーズ	食パン			96 kcal
24	金	10時 昼食	野菜ジュース					31 kcal
			ミニ食パン		ミニ食パン			
			鶏肉のトマトソース煮	鶏肉	薄力粉 油 じゃが芋 砂糖	トマト缶 玉葱 ブロッコリー 人参	塩 コンソメ	234 kcal
			野菜スープ			キャベツ 人参 玉葱	コンソメ 塩	12.2 g
		おやつ	オレンジ			オレンジ	4.6 g	
		おやつ	わかめにぎり		胚芽米		わかめの素	108 kcal
25	土	10時 昼食	ハヤシライス	豚肉	胚芽米	人参 玉葱	ハヤシフレーク	331 kcal
			フレンチサラダ		砂糖 コーン オリーブオイル	キャベツ 胡瓜	酢 塩	11.7 g
			黄桃缶			黄桃缶		9.7 g
		おやつ	うさぎ:スマイルポテト				83 kcal	
				おやつ	ひよこりす:こふき芋			
27	月	10時 昼食	牛乳					
			肉みそスパゲティ	豚肉 味噌	パスタ 砂糖 油	玉葱 人参 椎茸 生姜 にんにく グリンピース	コンソメ 酒	354 kcal
			かきたま汁	卵	片栗粉	ほうれん草	醤油 塩	15 g
			みかん缶			みかん缶		15.4 g
		おやつ	パインゼリー			パイン缶	ゼリーの素	52 kcal
28	火	10時 昼食	りんごジュース					43 kcal
			ごはん		胚芽米			
			魚のフライソース	たら	薄力粉 油 マヨネーズ パン粉	玉葱 パセリ	塩	359 kcal
			ハムと大根の甘酢和え	ハム	砂糖	大根 胡瓜	塩 酢	14.1 g
		おやつ	三色味噌汁	味噌		小松菜 玉葱 人参		12.1 g
		おやつ	お麩ラスク(プリン風味)		麩 油		プリンの素	53 kcal
29	水	10時 昼食	野菜ジュース					31 kcal
			ごはん		胚芽米			
			すき焼き風煮	牛肉 豆腐	砂糖	白菜 玉葱 人参 蒟蒻 葱 しめじ	醤油	277.0 kcal
			じゃが芋の味噌汁		じゃが芋	玉葱 葱		9.2 g
		おやつ	オレンジ			オレンジ	5.3 g	
		おやつ	チーズサブレ	チーズ バター	薄力粉 砂糖			89 kcal
30	木	10時 昼食	牛乳					67 kcal
			ごはん		胚芽米			
			豚肉とピーマンの細切り炒め	豚肉	じゃが芋 油 砂糖 片栗粉	ピーマン パプリカ もやし 筍	鶏ガラ 酒 醤油	341 kcal
			棒棒鶏	鶏肉	マヨネーズ 砂糖 ごま ごま油	トマト レタス 胡瓜	そばつゆ	12.1 g
		おやつ	わかめスープ	わかめ	ごま油	葱	鶏ガラ 醤油 塩	11.8 g
		おやつ	蒸しパン	卵 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖 油			103 kcal
31	金	10時 昼食	野菜ジュース					31 kcal
			人参ブレッド		人参ブレッド			
			五目クリーム煮	豚肉 バター 牛乳 スキムミルク	薄力粉 じゃが芋 油	玉葱 人参 ブロッコリー	コンソメ 塩	289 kcal
			ロースハムのサラダ	ハム	砂糖 油	キャベツ 胡瓜	酢 塩	9.0 g
		おやつ	りんご			りんご	10.9 g	
		おやつ	塩むすび	昆布	胚芽米		塩	108 kcal