

# 令和6年5月の給食予定献立表

## 3歳以上児食

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	水	昼食	コーンチキンカレー	鶏肉 スキムミルク	胚芽米 油 じゃが芋 コーン	玉葱 人参	カレーフレーク	516 kcal
			かぶとハンバーグ	かぶとハンバーグ			塩 チャツネ	16 g
1	水	おやつ	ツナサラダ	ツナ	砂糖	レモン キャベツ 人参 胡瓜		15.3 g
			柏餅		柏餅			
2	木	昼食	ココアバナナケーキ	卵 牛乳 バター	ホットケーキミックス 砂糖	バナナ	ココア	145 kcal
			茶飯		胚芽米		緑茶	363 kcal
2	木	おやつ	炒り鶏	鶏肉	砂糖 油	ごぼう 人参 蓮根 椎茸 筍 蒟蒻 絹さや	醤油 みりん	12.4 g
			みそ汁	味噌 わかめ			玉葱 青葱	4.3 g
3	火	昼食	バナナ			バナナ		
			牛乳	牛乳				
7	火	おやつ	お好み焼き	豚肉 卵 鰹節	お好み焼き粉 マヨネーズ	キャベツ	ソース	86 kcal
			焼うどん	豚肉 青のり 鰹節	うどん 油 ごま	玉葱 人参 キャベツ 椎茸	塩 こしょう	286 kcal
7	火	おやつ	三色みそ汁	味噌 わかめ 豆腐		人参	醤油	106 g
			みかん缶				みかん缶	8.6 g
8	水	昼食	お麩ラスク	バター	麩 砂糖			175 kcal
			ごはん		胚芽米			453 kcal
8	水	おやつ	サバの味噌煮	さば 味噌	砂糖		酒 醤油	17.3 g
			おひたし	鰹節	砂糖		ほうれん草 もやし 人参	14.3 g
9	木	昼食	オレンジ			オレンジ		
			ジャムサンド		食パン		ジャム	120 kcal
9	木	おやつ	ごはん		胚芽米			410 kcal
			肉じゃが	豚肉	油 砂糖 じゃが芋	玉葱 人参 蒟蒻 いんげん	醤油	12.5 g
10	金	昼食	大根のみそ汁	味噌 油揚げ		大根 人参		7.6 g
			バナナ				バナナ	
10	金	おやつ	牛乳	牛乳				
			いちごクッキー	バター	砂糖 小麦粉		ジャム	216 kcal
10	金	昼食	ミニ食パン		食パン		ケチャップ	369 kcal
			鶏肉のトマトソース	鶏肉	油 じゃが芋 小麦粉 砂糖	玉葱 人参 ブロッコリー トマト缶	塩 コンソメ	17.8 g
11	土	おやつ	青菜と卵のスープ	卵	片栗粉	チンゲン菜 人参 玉葱	醤油	12.6 g
			パイン缶				パイン缶	
11	土	昼食	わかめにぎり		胚芽米		わかめふりかけ	108 kcal
			若鶏の照焼井	鶏肉 卵 のり	胚芽米 砂糖	生姜 ニンニク	酒 みりん 醤油	343 kcal
11	土	おやつ	すまし汁	豆腐		キャベツ	塩	19.2 g
			白桃缶				白桃缶	8.2 g
13	月	昼食	メープルマフィン				メープルマフィン	108 kcal
			ごはん		胚芽米		カレー粉	389 kcal
13	月	おやつ	鶏肉のカレー風味揚げ	鶏肉	油 片栗粉	生姜 ニンニク	塩 醤油 酒	13.5 g
			野菜のごまあえ		砂糖 ごま	ほうれん草 人参 キャベツ		14.0 g
14	火	昼食	コロコロスープ	ベーコン	コーン	大根 人参	コンソメ	45 kcal
			野菜ジュースゼリー		野菜ジュース		ゼリーの素	
14	火	おやつ	味噌ラーメン	豚肉 味噌	油 ごま油	人参 キャベツ もやし 太葱 ニンニク ショウガ	鶏ガラ 酒	312 kcal
			棒棒鶏	鶏肉	ごま油 マヨネーズ ごま 砂糖	胡瓜 レタス トマト	めんつゆ	14.2 g
15	水	昼食	オレンジ			オレンジ		13 g
			ゆかりチーズにぎり	チーズ	胚芽米		ゆかり	114 kcal
15	水	おやつ	ごはん		胚芽米			366 kcal
			白身魚のムニエル	たら バター	小麦粉 油		塩 こしょう	17.5 g
16	木	昼食	マカロニサラダ	ハム	マカロニ マヨネーズ	人参 胡瓜		10.5 g
			野菜スープ	ウイナー		人参 キャベツ もやし	鶏ガラ 醤油	
16	木	おやつ	スイートポテト	バター 生クリーム	さつま芋 砂糖			125 kcal
			ごはん		胚芽米			340 kcal
16	木	おやつ	鶏つくね	鶏肉 卵	パン粉 片栗粉 砂糖	青葱 人参	塩 醤油	16.4 g
			ほうれん草ナムル		ごま油 砂糖	ほうれん草 人参 もやし	鶏ガラ	6.3 g
17	金	昼食	みそ汁	味噌	麩	玉葱 小松菜		
			メロンパン風トースト	バター	食パン 油 砂糖 小麦粉			116 kcal
17	金	おやつ	バターロール		バターロール			443 kcal
			コーンシチュー	鶏肉 牛乳 バター	油 じゃが芋 コーン缶 コーン	玉葱 人参	シチューールウ	13 g
17	金	おやつ	トマトサラダ		油 砂糖	トマト レタス 胡瓜	酢 塩	14.8 g
			黄桃缶				黄桃缶	
17	金	おやつ	牛乳	牛乳				
			マフィン	卵 牛乳 バター	ホットケーキミックス 砂糖			155 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			
18	土	昼食	そぼろ丼	豚肉 卵	胚芽米 油 砂糖	生姜	醤油 酒	355 kcal	
			野菜汁		さつまい	大根 人参 太葱	塩	11.3 g	
			バナナ			バナナ		7.9 g	
		おやつ	いちごスティック				いちごスティック	108 kcal	
20	月	昼食	ごはん		胚芽米		オイスターソース	411 kcal	
			麻婆豆腐	豚肉 豆腐 味噌	油 砂糖 片栗粉	太葱 人参 椎茸 生姜 ニンニク	鶏ガラ 醤油	11.1 g	
			中華風和え物	ハム	ごま油 砂糖	キャベツ 胡瓜	酢	10 g	
		おやつ	みかん缶			みかん缶			
			パインゼリー			パイン缶		ゼリーの素	55 kcal
21	火	昼食	ナポリタン	ウインナー チーズ	油 パスタ	玉葱 人参 マッシュルーム ピーマン	ケチャップ ソース	299 kcal	
			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	10.1 g	
			バナナ			バナナ		6.8 g	
		おやつ	シュガートースト	食パン バター	砂糖			102 kcal	
22	水	昼食	ごはん		胚芽米		カレー粉	398 kcal	
			洋風おでんカレー味	鶏肉 ウインナー ちくわ	油 じゃが芋 グリンピース 砂糖	玉葱 人参 蒟蒻	塩 醤油	16.1 g	
			和風サラダ	しらす わかめ	油 砂糖	レタス 胡瓜	酢	8.6 g	
		おやつ	オレンジ			オレンジ			
			牛乳羹	牛乳	砂糖	黄桃缶	アガー	74 kcal	
23	木	昼食	ハヤシライス	牛肉	油 じゃが芋 グリンピース 砂糖	玉葱 人参 セロリ	デミグラス缶	422 kcal	
			野菜サラダ		砂糖 油	トマト レタス キャベツ	ハヤシルウ コンソメ	12.1 g	
			バナナ			バナナ	酢 塩	12.5 g	
		おやつ	牛乳	牛乳					
			フライドポテトコンソメパンチ風	チーズ	油 じゃが芋 砂糖		コンソメ 塩	124 kcal	
24	金	昼食	人参ブレッド		人参ブレッド			354 kcal	
			白身魚のコーンマヨネーズ	たら チーズ	マヨネーズ コーン			16.9 g	
			春雨サラダ	ハム	春雨 ごま油	胡瓜		10.8 g	
		おやつ	じゃが芋と青菜のスープ	ベーコン	じゃが芋 片栗粉	ほうれん草	塩 コンソメ 醤油		
			たぬきにぎり	青のり	胚芽米 てんかす		めんつゆ	126 kcal	
25	土	昼食	カレーライス	鶏肉	胚芽米 じゃが芋	玉葱 人参	カレールウ	329 kcal	
			みそ汁	味噌 豆腐		しめじ キャベツ		12.9 g	
			オレンジ			オレンジ		6.1 g	
		おやつ	スイートポテト				スイートポテト	139 kcal	
27	月	昼食	焼肉丼	豚肉 のり	胚芽米 油 ごま油 砂糖	玉葱 人参 もやし ショウガ ニンニク	酒 醤油	392 kcal	
			彩り野菜スープ	ウインナー	じゃが芋	キャベツ いんげん	コンソメ 塩	13 g	
			パイン缶			パイン缶		10.9 g	
		おやつ	ジャム蒸しパン	卵 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖 油		ジャム	116 kcal	
28	火	昼食	ごはん		胚芽米		ソース	445 kcal	
			ささみフライ	鶏肉 卵	油 パン粉 小麦粉		塩 こしょう	20.8 g	
			アスパラみそ味サラダ	味噌	コーン マヨネーズ ごま 砂糖	アスパラ キャベツ 胡瓜	酢	13.2 g	
		おやつ	きのこスープ	ベーコン		えのき しめじ 人参 チンゲン菜	鶏ガラ 醤油		
			豆乳ブラマンジェ	豆乳 生クリーム	砂糖 オレンジジュース 片栗粉		アガー	153 kcal	
29	水	昼食	ごはん		胚芽米			388 kcal	
			豚肉のみそ炒め煮	豚肉 味噌	油 片栗粉 砂糖	玉葱 人参 キャベツ ピーマン しめじ	鶏ガラ 醤油	13.8 g	
			かきたま汁	卵	片栗粉	ほうれん草	塩	11.2 g	
		おやつ	バナナ			バナナ			
		おやつ	抹茶マフィン	卵 牛乳 バター	ホットケーキミックス 砂糖		抹茶	129 kcal	
30	木	昼食	引き渡し訓練のため、防災食を食べます 						
31	金	昼食	ミニ食パン		食パン		ケチャップ ソース	389 kcal	
			ボークビーンズ	豚肉 ウインナー 大豆	油 じゃが芋 砂糖	玉葱 人参 マッシュルーム	コンソメ	14.3 g	
			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	14.4 g	
		おやつ	バナナ			バナナ			
			牛乳	牛乳					
		おやつ	フルーチェ	牛乳			フルーチェ(いちご)	139 kcal	