

令和8年8月 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歳以上児食

静岡給食センター

日	曜日	区分	献立	赤色の食品 からだを作る	黄色の食品 エネルギーになる	緑の食品 からだの調子を整える	その他 (調味料等)	エネルギー たんぱく質 脂質
1	土	昼食	ごはん		胚芽米			383 kcal
			肉じゃが	豚肉	砂糖 じゃが芋 油	玉葱 人参 蒟蒻 いんげん	醤油	10.8 g
			しめじとキャベツのみそ汁	味噌 わかめ		人参 キャベツ しめじ 青葱		6.4 g
			黄桃缶			黄桃缶		
		おやつ	メープルマフィン				メープルマフィン	77 kcal
3	月	昼食	とうもろこしごはん		胚芽米	コーン	塩	376 kcal
			さばの塩焼き	さば			塩 酒	14.5 g
			小松菜のおひたし	鰹節	砂糖	小松菜 人参 もやし	醤油	13.3 g
			豆腐とわかめのみそ汁	豆腐 わかめ 味噌				
		おやつ	塩サブレ		薄力粉 バター 砂糖		塩	135 kcal
4	火	昼食	ごはん		胚芽米			348 kcal
			パーベキューチキン	鶏肉	砂糖	にんにく	塩 ケチャップ みりん 醤油 カレー粉 酒	15.9 g
			バターポテト		じゃが芋 バター		塩	7.8 g
			中華コーンスープ	卵	片栗粉	クリームコーン缶 人参	塩 鶏ガラ	
		おやつ	きな粉トースト	きな粉	食パン バター 砂糖			94 kcal
5	水	昼食	ごはん		胚芽米			369 kcal
			生揚げの五目煮	豚肉 厚揚げ	砂糖 片栗粉	椎茸 人参 玉葱 もやし たけのこ チンゲン菜	醤油	12.6 g
			野菜のみそ汁	味噌 わかめ		玉葱 人参 キャベツ		7 g
			すいか			すいか		
		おやつ	豆乳ブラマンジェ	豆乳	砂糖 生クリーム		アガー 苺ソース	154 kcal
6	木	昼食	スパゲティナポリタン	ハム チーズ	スパゲティ 油	玉葱 人参 ビーマン マッシュルーム	ケチャップ ウスターソース 塩 コンソメ	297 kcal
			もやしスープ	ベーコン		人参 もやし 小松菜	コンソメ 塩 醤油	10.1 g
			バナナ			バナナ		6.8 g
		おやつ	きつねにぎり	油揚げ	胚芽米 砂糖 ごま		醤油	154 kcal
7	金	昼食	バターロール		バターロール			407 kcal
			ポトフ	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	15.4 g
			トマトサラダ		油 砂糖	トマト レタス きゅうり	塩 酢	13.7 g
			オレンジ			オレンジ		
		おやつ	ゆかりにぎり		胚芽米		ゆかり	109 kcal
8	土	昼食	タコライス風	豚肉 チーズ	胚芽米 油 砂糖	玉葱 小松菜 トマト缶 コーン にんにく	カレー粉 ケチャップ ウスターソース 塩 コンソメ 醤油	438 kcal
			じゃが芋とキャベツのスープ	ベーコン	じゃが芋 片栗粉	キャベツ	コンソメ 塩 醤油	16.6 g
			パイン缶			パイン缶		13.3 g
		おやつ	もものタルト				もものタルト	108 kcal
10	月	昼食	ごはん		胚芽米			400 kcal
			黒はんぺんフライ	黒はんぺん 卵	パン粉 薄力粉 油			11.9 g
			野菜の即席漬	塩昆布		キャベツ きゅうり 人参	醤油	9.8 g
			さつま汁	豚肉 味噌	さつま芋	ごぼう 人参 青葱		
		おやつ	みかん入りゼリー		砂糖 オレンジジュース	みかん缶	アガー	51 kcal
12	水	昼食	ドライカレー	合挽肉	胚芽米 油	玉葱 人参 にんにく 生姜	塩 こしょう コンソメ 醤油 カレー粉	401 kcal
			キャベツとコーンのサラダ		マヨネーズ	キャベツ コーン きゅうり	塩	14 g
			みかん缶			みかん缶		16.7 g
		おやつ	パンケーキ		メープルシロップ		パンケーキ	128 kcal
13	木	昼食	ごはん		胚芽米			332 kcal
			五目炒り卵	鶏肉 卵	油 砂糖	玉葱 人参 椎茸 青葱	醤油	12 g
			三色みそ汁	味噌	じゃが芋	人参 小松菜		7.3 g
			オレンジ			オレンジ		
		おやつ	ちんすこう		薄力粉 砂糖 油			156 kcal
14	金	昼食	豚丼	豚肉	胚芽米 砂糖 ごま 油	玉葱 人参	醤油 酒 みりん	445 kcal
			切干大根のサラダ	ツナ	砂糖 ごま油	もやし きゅうり 人参 切り干し大根	醤油 酢	15.1 g
			みそ汁	味噌 わかめ	麴	玉葱 人参		16.6 g
		おやつ	ラスク		食パン 砂糖 バター			93 kcal
15	土	昼食	ごはん		胚芽米			379 kcal
			じゃが芋のそぼろ和え	鶏肉	油 じゃが芋 片栗粉 砂糖	玉葱 人参 グリンピース	醤油	10 g
			油揚げとキャベツのみそ汁	油揚げ 味噌		キャベツ		6.5 g
			パイン缶			パイン缶		
		おやつ	ぶどうゼリー				ぶどうゼリー	46 kcal

日	曜日	区分	献立	赤色の食品 からだを作る	黄色の食品 エネルギーになる	緑の食品 からだの調子を整える	その他 (調味料等)	エネルギー たんぱく質 脂質
17	月	昼食	ごはん		胚芽米			341 kcal
			煮魚	さわら	砂糖	生姜	醤油 みりん	14.8 g
			キャベツのお浸し	ハム 鯉節	砂糖	キャベツ 人参	醤油	6 g
			さつま芋のみそ汁	味噌 わかめ	さつま芋	玉葱 青葱		
		おやつ	フライドポテト		油		フライドポテト 塩	229 kcal
18	火	昼食	冷やしラーメン	鶏肉 五目しんじょ わかめ	砂糖 中華麺 ごま油	コーン	醤油 鶏ガラ	310 kcal
			ポテトサラダ	ハム	じゃが芋 マヨネーズ	人参 きゅうり	塩	11.7 g
			みかん缶			みかん缶		10.9 g
		おやつ	塩むすび	昆布	胚芽米		塩	108 kcal
19	水	昼食	ごはん		胚芽米			401 kcal
			南瓜と茄子の挽肉かけ	豚肉 味噌	砂糖 油 片栗粉	南瓜 茄子 いんげん	醤油 みりん	11.9 g
			かきたま汁	卵	片栗粉	小松菜	醤油 塩	10.4 g
			バナナ			バナナ		
		おやつ	しらすチーズトースト	しらす チーズ	食パン			96 kcal
20	木	昼食	ミニ食パン		ミニ食パン			316 kcal
			鶏肉のトマトソース焼き	鶏肉	じゃが芋 砂糖 薄力粉 油	玉葱 人参 トマト缶 ブロッコリー	コンソメ 塩 ケチャップ	16.5 g
			レタスとパインのサラダ		砂糖	レタス きゅうり パイン缶 レモン	塩	5.6 g
			オレンジ			オレンジ		
		おやつ	焼きおにぎり		胚芽米 ごま油 砂糖		醤油 みりん	121 kcal
21	金	昼食	しぞーか親子丼	鶏肉 そぼろ卵 なんと	胚芽米 砂糖	たけのこ 玉葱 グリンピース 椎茸	醤油 酒	375 kcal
			海苔かおるみそ汁	海苔 味噌	麴	キャベツ 玉葱 青葱		18.2 g
			メロン			メロン		5.1 g
		おやつ	バナナケーキ	卵 牛乳	ホットケーキミックス バター 砂糖	バナナ		154 kcal
22	土	昼食	カレーライス	豚肉	胚芽米 油 じゃが芋	玉葱 人参	カレールウ	336 kcal
			野菜サラダ		砂糖 油	トマト きゅうり キャベツ	酢 塩	10.3 g
			黄桃缶			黄桃缶		9.4 g
		おやつ	牛乳プリン	牛乳	砂糖		アガー	78 kcal
24	月	昼食	ふりかけごはん		胚芽米		たまごふりかけ	327 kcal
			白身魚のコーンマヨネーズ	たら	マヨネーズ	コーン 玉葱	塩	13.7 g
			油揚げと野菜の和え物	油揚げ	砂糖	もやし 小松菜	醤油	5.6 g
			豆腐と麴のみそ汁	味噌 豆腐	麴	青葱		
		おやつ	安倍川マカロニ	きな粉	マカロニ 砂糖		塩	120 kcal
25	火	昼食	ごはん		胚芽米			381 kcal
			鶏肉のレモン煮	鶏肉	砂糖 油 片栗粉	レモン	醤油 酒 塩	14.9 g
			ロースハムのサラダ	ハム	砂糖 油	きゅうり キャベツ 人参	酢 塩	12.4 g
			もやしときのこのスープ		ごま油	もやし しめじ	鶏ガラ 塩	
		おやつ	りんごゼリー		りんごジュース		ゼリーミックス	78 kcal
26	水	昼食	ごはん		胚芽米			346 kcal
			チャブスイ	豚肉 かまぼこ	油 片栗粉 ごま油 じゃが芋	玉葱 人参 もやし キャベツ グリンピース	醤油 酢 鶏ガラ	10.5 g
			たたききゅうり		砂糖 ごま油	きゅうり	醤油 酢 塩	5.7 g
			オレンジ			オレンジ		
		おやつ	フレンチトースト	卵 牛乳	食パン 砂糖 バター			125 kcal
27	木	昼食	焼きうどん	豚肉 鯉節 青のり	うどん ごま 油	玉葱 人参 キャベツ 椎茸	醤油 塩 こしょう	320 kcal
			駿河汁	黒はんぺん 味噌	じゃが芋	白菜 大根 人参 青葱		12.1 g
			バナナ			バナナ		7.7 g
		おやつ	コーンマフィン	卵 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖 バター	コーン		131 kcal
28	金	昼食	人参ブレッド		人参ブレッド			375 kcal
			ハンバーグステーキ	合挽肉 卵 牛乳	パン粉 砂糖 油	玉葱	ケチャップ ウスターソース 塩 こしょう	19.5 g
			ツナサラダ	ツナ	砂糖	キャベツ きゅうり 人参 レモン	塩	13.7 g
			冬瓜のカレー味スープ	鶏肉	砂糖 片栗粉	太葱 冬瓜 人参 椎茸	鶏ガラ 醤油 塩 カレー粉	
		おやつ	わかめにぎり		胚芽米		わかめふりかけ	108 kcal
29	土	昼食	ごはん		胚芽米			353 kcal
			豚肉の味噌炒め煮	豚肉 味噌	砂糖 片栗粉	玉葱 人参 キャベツ しめじ	鶏ガラ	12.2 g
			お麴のすまし汁	わかめ	麴	えのき	醤油 塩	9.5 g
			みかん缶			みかん缶		
		おやつ	ココア蒸しパン	牛乳	ホットケーキミックス 砂糖 油		ココア	103 kcal
31	月	昼食	ごはん		胚芽米			506 kcal
			塩麻婆豆腐	豚肉 豆腐	片栗粉 ごま油	太葱 人参 しめじ グリンピース 生姜	塩 鶏ガラ 酒	13.7 g
			パンサンスー	ハム 卵	砂糖 ごま油 春雨	キャベツ きゅうり 人参	醤油 酢	15.3 g
			黄桃缶			黄桃缶		
		おやつ	チーズポテト	チーズ	じゃが芋		塩	73 kcal