



令和2年 4月の給食予定献立表

企業主導型保育所 Sun Son Nursery School
3歳未満児 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	10時 昼食	りんごジュース			ジュース	 517 kcal 13.9 g 15.9 g	
			ごはん	胚芽米				
			肉じゃが	豚肉	油、蒟蒻、じゃが芋、砂糖	いんげん、玉ねぎ、人参		醤油
		おやつ	きゅうりもみ	わかめ	きゅうり	塩、酢		
			豆腐と麩のみそ汁	味噌、豆腐	麩	青ねぎ		
			ブラマンジェ	寒天、生クリーム	砂糖、片栗粉	オレンジジュース		
2	木	10時 昼食	牛乳	牛乳		カレールウ	564 kcal 15.4 g 19.9 g	
			カレーライス	豚肉、スキムミルク	油、じゃが芋、胚芽米	玉ねぎ、人参		みかん缶、マヨネーズ
			野菜サラダ			キャベツ、きゅうり、レタス		
		おやつ	オレンジ		オレンジ		HM	
			クッキー	牛乳	砂糖、バター			
3	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース			ジュース	541 kcal 20.9 g 18.4 g	
			パン	パン				
			白身魚のコーンマヨネーズ	たら		コーン、ブロッコリー		マヨネーズ
		おやつ	人参サラダ	ツナ	マカロニ	マヨネーズ、醤油	18.4 g	
			じゃが芋と青菜のスープ	ベーコン	じゃが芋、片栗粉	人参、きゅうり		コンソメ、塩、醤油
			たぬきにぎり	かつお節、わかめふりかけ	天かす、砂糖、胚芽米	ほうれん草		醤油
6	月	10時 昼食	りんごジュース			ジュース	461 kcal 11.7 g 16.7 g	
			焼うどん	豚肉、かつお節、青のり	うどん、胡麻	玉ねぎ、人参、キャベツ、椎茸		塩、こしょう、醤油
			ポテトサラダ	ハム	じゃが芋	きゅうり、人参		塩、マヨネーズ
		おやつ	わかめスープ	わかめ	ビーフン、ごま油	塩、醤油、ガラスープ	HM	
			バナナマフィン	牛乳	砂糖、バター	バナナ		
7	火	10時 昼食	野菜&フルーツジュース			ジュース	382 kcal 12.1 g 10.6 g	
			ごはん	胚芽米				
			豚肉のケチャップ炒め	豚肉	油	玉ねぎ、人参、マッシュルーム、ピーマン、コーン		ケチャップ、ウスターソース、塩、こしょう
		おやつ	ほうれん草のスープ			ほうれん草、コーン、人参	コンソメ、塩、	
			オレンジ			オレンジ		
			フライドポテト		じゃが芋、油		塩	
8	水	10時 昼食	牛乳	牛乳			527 kcal 18.1 g 15.6 g	
			ふりかけごはん	おかかふりかけ	胚芽米			醤油、カレー粉
			栄養きんぴら	豚肉、黒はんぺん	油、蒟蒻、砂糖、胡麻	ピーマン、ごぼう、人参		
		おやつ	油揚げともやしのみそ汁	味噌、油揚げ		もやし、青ねぎ		
			バナナ			バナナ		
			きなこラスク	きな粉	食パン、砂糖、バター			
9	木	10時 昼食	りんごジュース			ジュース	389 kcal 13.9 g 7.7 g	
			ごはん	胚芽米				
			大豆の磯辺煮	鶏肉、大豆、ひじき、油揚げ	油、こんにやく、砂糖	人参		醤油
		おやつ	ハム入りお浸し	ハム、かつお節	砂糖	ほうれん草、キャベツ	醤油	
			三色みそ汁	味噌	じゃが芋	人参、小松菜		
			フルーツヨーグルト	ヨーグルト、スキムミルク	砂糖	バナナ	黄桃缶	
10	金	10時 昼食	牛乳	牛乳			513 kcal 16.7 g 17.2 g	
			パン	パン				
			コーンシチュー	鶏肉、牛乳	薄力粉、バター、じゃが芋	玉ねぎ、人参、コーン		コンソメ、塩
		おやつ	フレンチサラダ		オリーブ油、砂糖	キャベツ、きゅうり、コーン	酢、塩	
			オレンジ			オレンジ		
			おかかチーズにぎり	かつお節	胚芽米、砂糖		醤油	
13	月	10時 昼食	野菜&フルーツジュース			ジュース	459 kcal 17.2 g 11.5 g	
			ごはん	胚芽米				
			麻婆豆腐	豆腐、豚肉、味噌	片栗粉、砂糖、油	太ねぎ、人参、生姜、にんにく、椎茸、青ねぎ		コンソメ、醤油、酒、ケチャップ
		おやつ	中華風和え物	ハム	ごま油、砂糖	キャベツ、きゅうり	醤油、酢	
			オレンジ			オレンジ		
			安倍川マカロニ	きな粉	マカロニ、砂糖			
14	火	10時 昼食	りんごジュース			ジュース	465 kcal 17.5 g 11.6 g	
			ごはん	パン				
			煮魚	さわら	砂糖	生姜		醤油、みりん
		おやつ	三色おひたし	かつお節	砂糖	ほうれん草、もやし、人参	醤油	
			豚汁	豚肉、豆腐、味噌	じゃが芋	ごぼう、大根、人参、ほうれん草		
			紅茶蒸しパン	牛乳	砂糖、バター		紅茶、HM	
15	水	10時 昼食	牛乳	牛乳			 527 kcal 15.5 g 16 g	
			ごはん	胚芽米				
			若鶏のからあげ	鶏肉	片栗粉、油	生姜		酒、醤油
		おやつ	ごまあえ	胡麻、砂糖		キャベツ、ほうれん草	醤油	
			オニオンスープ			玉ねぎ、人参	コンソメ、塩	
			さつま芋の揚げまんじゅう		さつま芋、油、砂糖、片栗粉			