

# 令和2年 5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 金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース パン あじのムニエル あじ 野菜サラダ オレンジ		パン 薄力粉、バター 砂糖、油	キャベツ、トマト、レタス オレンジ	ジュース こじょう 塩、酢	361 kcal 13.9 g 7.4 g
	おやつ	ふかし大学芋		さつま芋、砂糖、ごま		みりん、塩、醤油	
7 木	10時 昼食	野菜&フルーツジュース 牛乳 肉味噌スパゲティ 豚肉、味噌 キャベツとアスパラのサラダ コロコロスープ ベーコン		スパゲティ、油 オリーブ油、砂糖	玉ねぎ、人参、椎茸、にんにく、生姜、グリーンピース キャベツ、アスパラ 大根、コーン、人参	パイン缶、酢、塩 コンソメ	379 kcal 12.6 g 9.1 g
	おやつ	フルーチェ 牛乳		フルーチェ			
8 金	10時 昼食	牛乳 牛乳 パン 豆腐ハンバーグ 豚肉、鶏卵、豆腐 人参と南瓜のサラダ わかめのみそ汁 菜めしにぎり		パン パン粉、砂糖、片栗粉 マヨネーズ 麩 胚芽米	玉ねぎ、人参 人参、南瓜 青ねぎ 菜めしふりかけ	ケチャップ、ウスターソース、塩、こじょう	523 kcal 19 g 18 g
	おやつ	フルーチェ 牛乳		フルーチェ			
11 月	10時 昼食	牛乳 牛乳 茶飯カレーライス スキムミルク、豚肉 たたききゅうり 甘夏缶		油 ごま油、砂糖	玉ねぎ、人参 きゅうり 甘夏缶	カレールー、緑茶ペースト 醤油、酢、塩	551 kcal 16.1 g 12.8 g
	おやつ	黒糖蒸しパン		黒砂糖、薄力粉		BP	
12 火	10時 昼食	りんごジュース ごはん 若鶏の甘辛和え 鶏肉 もやしスープ ベーコン オレンジ		胚芽米 油、砂糖、片栗粉	生姜 もやし、ほうれん草、人参 オレンジ	ジュース 醤油、酒 塩、醤油、コンソメ	437 kcal 17.0 g 8.6 g
	おやつ	豆乳パンブディング 豆乳、豆腐		食パン		HM	
13 水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース ごはん 豚肉と野菜の卵炒め 豚肉、鶏卵 みかん入りサラダ きのこスープ ベーコン コロコロ揚げ きな粉、高野豆腐		胚芽米 油、ごま、片栗粉 マヨネーズ、ごま 油、砂糖、片栗粉	生姜、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、人参 キャベツ、りんご、きゅうり えのき、しめじ、青梗菜、人参	ジュース 塩、こじょう、ガラスープ、醤油 みかん缶 ガラスープ、塩、醤油 塩	513 kcal 15.8 g 20.1 g
	おやつ	牛乳 牛乳 ごはん さばの味噌煮 さば、わかめ、味噌 ごまあえ 青菜とコーンのかき玉汁 鶏卵 コーンマフィン 牛乳		胚芽米 砂糖 ごま、砂糖 片栗粉 砂糖、バター	ごぼう ほうれん草、キャベツ コーン コーン	醤油 醤油 塩、醤油、コンソメ HM	537 kcal 19.6 g 23.2 g
15 金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース パン ホワイトシチュー 鶏肉、牛乳、ベーコン キャベツとコーンのサラダ りんご缶 ごませんべい		パン じゃが芋、油、バター マヨネーズ	玉ねぎ、人参、グリーンピース キャベツ、きゅうり、コーン りんご缶	ジュース コンソメ、塩、こじょう、ホワイトルー 酢、塩	544 kcal 15.4 g 15.0 g
	おやつ	もちもちチーズパン 牛乳、チーズ		油、白玉粉		醤油	
18 月	10時 昼食	野菜&フルーツジュース ごはん 炒り鶏 鶏肉 豆腐とわかめのみそ汁 豆腐、わかめ、味噌 甘夏缶		胚芽米 油、こんにゃく、砂糖	椎茸、筍、絹さや、人参、ごぼう、蓮根 甘夏缶	ジュース みりん、醤油	490 kcal 16.0 g 10.5 g
	おやつ	もちもちチーズパン 牛乳、チーズ		油、白玉粉		塩	
19 火	10時 昼食	牛乳 牛乳 ごはん コロッケ 豚肉 野菜の即席漬け ふじっこ しめじとキャベツのみそ汁 味噌、わかめ		胚芽米 じゃが芋、油、バター、パン粉、薄力粉	玉ねぎ、コーン、人参 キャベツ、きゅうり、人参 しめじ、キャベツ、青ねぎ、人参	ジュース コンソメ、塩 醤油	452 kcal 13.9 g 13.2 g
	おやつ	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	
20 水	10時 昼食	りんごジュース えんどう豆ごはん 松風焼 鶏肉、豆腐、味噌、鶏卵 すまし汁 はんぺん バナナ		胚芽米 パン粉、砂糖、ごま	グリーンピース 生姜、玉ねぎ、人参 ほうれん草、人参 バナナ	ジュース 醤油 醤油、塩	483 kcal 17.4 g 9.8 g
	おやつ	ピザトースト チーズ		食パン	トマト、ピーマン	ケチャップ	