



令和3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	木	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			焼きうどん	豚肉、かつお節、青のり	油、うどん、胡麻	玉ねぎ、人参、キャベツ、椎茸	こしょう、醤油	417 kcal 17.9 g
			駿河汁	黒はんぺん、味噌	じゃが芋	大根、人参、白菜、青ねぎ		12.3 g
		おやつ	ミニゼリー					
			安倍川かぼちゃ	きな粉	砂糖	かぼちゃ		
2	金	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	552 kcal 15.6 g
			パン		パン			14.7 g
			ポークシチュー	豚肉	油、じゃが芋	玉ねぎ、人参、トマト	醤油、酢	
			コーンサラダ		オリーブ油、砂糖	キャベツ、きゅうり、人参、コーン		
		おやつ	バナナ			バナナ		
			菜めしにぎり		胚芽米		ふりかけ	
3	土	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			ごはん		胚芽米			474 kcal 16.3 g
			麻婆豆腐	豚肉、豆腐、味噌	油、砂糖、片栗粉	生姜、にんにく、椎茸、人参、太ねぎ、青ねぎ	コンソメ、醤油、酒、ケチャップ	16.3 g
			たたききゅうり		砂糖、ごま油	きゅうり	醤油、酢、塩	16.3 g
		おやつ	白桃缶			白桃缶		
			ラスク		食パン、バター、砂糖			
5	月	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			ごはん		胚芽米			483 kcal 21.0 g
			煮魚	さわら	砂糖	生姜	醤油、みりん	18.3 g
			キャベツとコーンのサラダ			キャベツ、コーン、きゅうり		
		おやつ	五目みそ汁	味噌、豆腐、わかめ	じゃが芋	人参、椎茸		
			カラメル大豆	大豆	片栗粉、油、砂糖		醤油	
6	火	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	481 kcal 14.4 g
			ごはん		胚芽米			14.8 g
			豚肉とちくわの味噌からめ	竹輪、豚肉、ウインナー、味噌	蒟蒻、じゃが芋、砂糖	人参	醤油	
			スパゲティサラダ	ハム	スパゲティ、マヨネーズ	人参、キャベツ、きゅうり	塩、鶏がらスープ、醤油	
		おやつ	わかめスープ	わかめ	ごま油	太ねぎ	ブルーチェ	
			いちごブルーチェ	牛乳				
7	水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	391 kcal 11.5 g
			ごはん		胚芽米			5.6 g
			ひじきとツナの煮物	ひじき、ツナ、油揚げ	砂糖	玉ねぎ、人参	醤油	
			野菜のみそ汁	わかめ、味噌		玉ねぎ、人参、キャベツ、小松菜		
		おやつ	バナナ			バナナ		
			ハム蒸しパン	ハム、チーズ、鶏卵、牛乳	HM		コンソメ	
8	木	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	549 kcal 11.9 g
			ふりかけごはん		胚芽米		おかかふりかけ	19.8 g
			お花ハンバーグ	花形ハンバーグ	砂糖		ウスターソース、ケチャップ	
			山吹和え	鶏卵	砂糖、油	ほうれん草、人参	醤油、みりん	
		おやつ	コロコロスープ	ベーコン		大根、人参、コーン	コンソメ、塩	
			いちごクッキー		薄力粉、砂糖、バター		いちごジャム	
9	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	565 kcal 19.3 g
			パン		パン			19.7 g
			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、茄子	ケチャップ、ウスターソース、塩、こしょう	
			グリーンサラダ		マヨネーズ	キャベツ、きゅうり、人参、ブロッコリー	酢	
		おやつ	豆乳コーンポタージュ	豆乳		コーン、パセリ	コンソメ、塩	
			バナナケーキ	牛乳、鶏卵	HM、砂糖、バター	バナナ		
10	土	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			焼そば	豚肉、青のり、かつお節	油、中華麺	玉ねぎ、人参、キャベツ、もやし	中濃ソース、ウスターソース	538 kcal 14.6 g
			青梗菜ときのこのスープ		ごま油	青梗菜、しめじ	塩、鶏がらスープ	23.8 g
			バナナ			バナナ		
		おやつ	ブラマンジェ	寒天、牛乳、生クリーム	砂糖、片栗粉		ジュース	
12	月	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	503 kcal 14.9 g
			ごはん		胚芽米			15.7 g
			魚のフライソース	たら、鶏卵	薄力粉、パン粉、油、マヨネーズ	玉ねぎ、パセリ	塩、こしょう	
			野菜の即席漬け			キャベツ、きゅうり、人参	ふじっこ	
		おやつ	大根のみそ汁	味噌		大根、人参		
			コーンマフィン	牛乳	HM、砂糖、バター	コーン		
13	火	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	442 kcal 11.2 g
			ごはん		胚芽米			13.8 g
			生揚げの五目煮	豚肉、さつま揚げ	砂糖、片栗粉	椎茸、筍、人参、玉ねぎ、もやし、青梗菜	醤油	
			小松菜の磯和え	のり		小松菜、人参	醤油	
		おやつ	みかん缶			みかん缶		
			塩サブレ		薄力粉、バター、砂糖		塩	
14	水	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			肉味噌スパゲティ	豚肉、味噌	油、砂糖、スパゲティ	にんにく、生姜、玉ねぎ、人参、椎茸、グリーンピース	コンソメ、酒	460 kcal 15.1 g
			ほうれん草のスープ			ほうれん草、人参、コーン	コンソメ、塩	
			バナナ			バナナ		10.7 g
		おやつ	ふかしさつま芋		さつま芋			