

令和3年 6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	食品の色別			その他(調味料等)	エネルギー たんぱく質 脂質
				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		
1	火	10時 昼食	牛乳	牛乳	胚芽米			482 kcal 19.5 g 15.7 g
			ごはん		油、砂糖	玉ねぎ、人参、椎茸、グリーンピース		
		おやつ	生揚げの卵とじ	豚肉、厚揚げ、鶏卵	油、砂糖	玉ねぎ、人参、椎茸、グリーンピース	醤油	
			小松菜の磯和え	のり		小松菜、人参		
			バナナ					
			しらすチーズトースト	しらす、チーズ	食パン			
2	水	10時 昼食	りんごジュース		胚芽米		ジュース	566 kcal 13.1 g 19.7 g
			ごはん		油、片栗粉	生姜、ピーマン、玉ねぎ、人参、キャベツ		
		おやつ	ウインナーと野菜の炒め物	ウインナー、鶏卵	油、片栗粉	生姜、ピーマン、玉ねぎ、人参、キャベツ	醤油、塩、こしょう、鶏ガラスープ	
			シルバーサラダ	ハム	春雨、マヨネーズ、砂糖、胡麻	きゅうり、人参、コーン		
			ポテトスープ	牛乳、ベーコン	じゃが芋	玉ねぎ、人参	コンソメ、塩	
			抹茶マフィン		HM、砂糖、バター		抹茶ペースト	
3	木	10時 昼食	牛乳	牛乳	胚芽米		醤油、みりん	502 kcal 15.1 g 14.7 g
			ごはん		油、蒟蒻、砂糖	人参、ごぼう、椎茸、蓮根、いんげん		
		おやつ	五目旨煮	鶏肉、さつま揚げ	油、蒟蒻、砂糖	人参、ごぼう、椎茸、蓮根、いんげん	醤油、みりん	
			野菜のみそ汁	わかめ、味噌		玉ねぎ、人参、キャベツ、小松菜		
			パン缶				パン缶	
			サイコロラスク		食パン、砂糖、バター、油			
4	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース		胚芽米		ジュース	555 kcal 15.7 g 23.4 g
			ごはん		油、じゃが芋	玉ねぎ、人参、セロリ		
		おやつ	ビーフシチュー	牛肉	油、じゃが芋	玉ねぎ、人参、セロリ	コンソメ、ハラシロウ、デミソース、ウスターソース	
			人参サラダ	ツナ	マカロニ、マヨネーズ	人参、きゅうり		
			オレンジ			オレンジ		
			サモザ	豚肉	餃子の皮、じゃが芋、油	玉ねぎ	カレー粉、塩	
5	土	10時 昼食	りんごジュース		胚芽米		ジュース	512 kcal 11.7 g 17.4 g
			焼肉丼	豚肉、のり	油、胚芽米、砂糖	玉ねぎ、人参		
		おやつ	じゃが芋のみそ汁	味噌、わかめ	じゃが芋	青ねぎ	醤油、酒	
			バナナ			バナナ		
			塩サブレ		薄力粉、バター、砂糖		塩	
7	月	10時 昼食	牛乳	牛乳	胚芽米		酒、醤油	431 kcal 14.5 g 12.9 g
			ごはん		油、砂糖	生姜		
		おやつ	若鶏の甘辛和え	鶏肉	片栗粉、油、砂糖	生姜	キャベツ、コーン、きゅうり	
			キャベツとコーンのサラダ		マヨネーズ			
			バナナ			バナナ		
			野菜ジュースゼリー				ジュース、ゼリー素	
8	火	10時 昼食	りんごジュース		胚芽米		ジュース	476 kcal 9.6 g 15.5 g
			五目うどん	豚肉	うどん	人参、白菜、しめじ、小松菜		
		おやつ	ブロッコリーの胡麻和え		胡麻、砂糖	ブロッコリー、人参	塩、醤油、みりん	
			黄桃缶					
			レーズンクッキー		薄力粉、バター、砂糖		レーズン	
9	水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース		胚芽米		ジュース	427 kcal 15.2 g 14.5 g
			ごはん		油、砂糖、片栗粉	グリーンピース、人参		
		おやつ	ツナ入り玉子焼き	鶏卵、ツナ	油、砂糖、片栗粉	グリーンピース、人参	醤油、コンソメ	
			和風サラダ	わかめ、しらす	油、砂糖	レタス、きゅうり		
			五目みそ汁	味噌、豆腐、わかめ	じゃが芋	人参、椎茸	酢、醤油	
			きなこトースト	きな粉	食パン、砂糖、バター			
10	木	10時 昼食	りんごジュース		胚芽米		ジュース	529 kcal 14.3 g 16.2 g
			カレーライス	豚肉、スキムミルク	胚芽米、油、じゃが芋	玉ねぎ、人参		
		おやつ	アスパラ入りマカロニサラダ	ハム、チーズ	マカロニ、マヨネーズ	キャベツ、アスパラ	コンソメ、ケチャップ、ウスターソース	
			オレンジ			オレンジ		
			牛乳羹	寒天、牛乳	砂糖		黄桃缶	
11	金	10時 昼食	牛乳	牛乳	胚芽米		ジュース	501 kcal 17.3 g 14.4 g
			パン		油、じゃが芋、砂糖	玉ねぎ、人参、マッシュルーム		
		おやつ	ポークビーンズ	豚肉、大豆	油、じゃが芋、砂糖	玉ねぎ、人参、マッシュルーム	コンソメ、ケチャップ、ウスターソース	
			ほうれん草のスープ			ほうれん草、人参、コーン		
			バナナ			バナナ		
			マーマレードマフィン	牛乳	薄力粉、砂糖、バター		BP、マーマレードジャム	
12	土	10時 昼食	野菜&フルーツジュース		胚芽米		ジュース	469 kcal 12.8 g 7.8 g
			ごはん		油、じゃが芋、蒟蒻、砂糖	玉ねぎ、人参		
		おやつ	じゃが芋の含め煮	鶏肉	油、じゃが芋、蒟蒻、砂糖	玉ねぎ、人参	醤油	
			豆腐とえのきのみそ汁	豆腐、味噌、わかめ		えのき、青ねぎ		
			オレンジ			オレンジ		
			五平餅	味噌	胚芽米、砂糖、胡麻		酒	
14	月	10時 昼食	りんごジュース		胚芽米		ジュース	474 kcal 17.4 g 13.9 g
			ごはん		砂糖	いんげん		
		おやつ	さばの味噌煮	さば、味噌	砂糖	いんげん	酒、醤油	
			油揚げと野菜の和え物	油揚げ	砂糖	もやし、ほうれん草		
			ソーメン汁		そうめん	人参、ほうれん草	醤油	
			ジャムサンド		食パン		塩、醤油	
							いちごジャム	
15	火	10時 昼食	野菜&フルーツジュース		胚芽米		ジュース	493 kcal 14.1 g 12.1 g
			とうもろこしごはん		胚芽米、バター	コーン		
		おやつ	豆腐ミートローフ	鶏肉、豆腐、鶏卵	パン粉、じゃが芋	玉ねぎ、人参、ピーマン	塩、こしょう、コンソメ	
			大根のみそ汁	味噌		大根、人参		
			メロン			メロン		
			ドーナッツ	牛乳	HM、砂糖、油			