



令和3年 9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	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			454 kcal
			炒り鶏	鶏肉	油、蒟蒻、砂糖	人参、ごぼう、椎茸、蓮根、筍、絹さや	醤油、みりん	14.5 g
			豆腐とえのきのみそ汁	豆腐、味噌、わかめ		えのき、青ねぎ		11.0 g
		おやつ	みかん缶				みかん缶	
			サイコロラスク		食パン、砂糖、バター、油			
2	木	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
			ふりかけごはん		胚芽米			483 kcal
			豚肉とピーマンの細切り炒め	豚肉	油、砂糖、じゃが芋、片栗粉	筍、ピーマン、パプリカ	酒、鶏がらスープ、塩、醤油	13.5 g
			たたききゅうり		砂糖、ごま油	きゅうり	塩、醤油、酢	10.8 g
		おやつ	中華コーンスープ	鶏卵	片栗粉	人参、コーン	鶏ガラスープ、塩	
			さつま芋蒸しパン	牛乳	HM、砂糖、バター、さつま芋			
3	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			535 kcal
			オムレツ	鶏卵、牛肉、豚肉	油、砂糖	玉ねぎ	塩、ケチャップ	20.3 g
			トマトサラダ		砂糖、油	トマト、レタス、きゅうり	酢、塩	19.0 g
		おやつ	彩り野菜スープ		じゃが芋	人参、玉ねぎ、いんげん	塩、コンソメ	
			きつねにぎり	揚げ	胚芽米、砂糖、胡麻		醤油	
4	土	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			492 kcal
			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	12.6 g
			シルバーサラダ	ハム	春雨、砂糖、マヨネーズ、胡麻	きゅうり、人参、コーン	酢	14.1 g
		おやつ	バナナ			バナナ		
			バターポテト		じゃが芋、バター		塩	
6	月	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
			しめじごはん		胚芽米		しめじ、人参	521 kcal
			さばの味噌煮	鯖、わかめ、味噌	砂糖		醤油、みりん	16.1 g
			かき玉汁	鶏卵	片栗粉	ほうれん草	酒、醤油	22.8 g
		おやつ	オレンジ			オレンジ	塩、醤油	
			きなこサブレ	きな粉	薄力粉、バター、砂糖		塩	
7	火	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			冷やし中華	鶏卵、ハム	砂糖、胡麻、中華麺	生姜、きゅうり	463 kcal	
			花しゅうまい	豚肉、はんぺん、豆腐	片栗粉、ごま油、砂糖、しゅうまい皮	玉ねぎ、生姜	塩、こしょう、鶏ガラスープ、酒、醤油	16.3 g
		おやつ	パイ缶		胚芽米、砂糖、胡麻		パイ缶	10.6 g
			五平餅				酒	
8	水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			484 kcal
			若鶏の甘辛和え	鶏肉	片栗粉、油、砂糖	生姜	酒、醤油	16.3 g
			三色おひたし	かつお節	砂糖	ほうれん草、人参、もやし	醤油	15.9 g
		おやつ	りんご			りんご		
			小松菜ケーキ	牛乳	HM、砂糖、油	小松菜		
9	木	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			505 kcal
			筑前煮	鶏肉	油、蒟蒻、じゃが芋、砂糖	ごぼう、人参、椎茸、蓮根、いんげん	みりん、醤油	13.1 g
			すまし汁	豆腐		ほうれん草	醤油、塩	16.1 g
		おやつ	オレンジ			オレンジ		
			パンナコッタ	寒天、牛乳、生クリーム	砂糖		いちごジャム	
10	金	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			313 kcal
			パン		パン			
			茄子とトマトのイタリア風	鶏肉、ベーコン、チーズ	油	玉ねぎ、茄子、トマト	コンソメ、ケチャップ	10.0 g
			野菜レモン酢和え		油、砂糖	キャベツ、レタス、きゅうり、りんご、レモン	塩	6.9 g
		おやつ	バナナ			バナナ		
			おかかにぎり	かつお節	胚芽米、砂糖		醤油	
11	土	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			579 kcal
			二色丼	鶏肉、鶏卵	油、蒟蒻、砂糖	グリーンピース	酒、醤油	21.4 g
			五目豆	鶏肉、昆布、さつま揚げ、大豆	油、蒟蒻、砂糖	ごぼう、人参	醤油	20.6 g
		おやつ	じゃが芋のみそ汁	わかめ、味噌	じゃが芋	青ねぎ		
			かぼちゃケーキ	牛乳	HM、バター、砂糖	かぼちゃ		