

# 令和4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	青色の食品	緑の食品	その他(調味料等)	エネルギー	
				からだを作る	エネルギーになる	からだの調子を整える		たんぱく質	脂質
1	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	493 kcal	
			パン		パン				塩、こしょう、ケチャップ、ウスター
			ハンバーグ	豚肉、牛肉、牛乳、鶏卵	パン粉、砂糖	玉ねぎ			
			野菜サラダ	ヨーグルト	マヨネーズ	きゅうり、キャベツ、レタス			
おやつ	彩り野菜スープ		じゃが芋	人参、玉ねぎ、いんげん	みかん缶 コンソメ、塩 ふりかけ				
	菜めしにぎり		胚芽米						
2	土	10時 昼食	牛乳	牛乳			塩、こしょう、醤油、鶏ガラスープ	373 kcal	
			ごはん		胚芽米				
			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			
			油あげと野菜の和え物	油揚げ	砂糖	もやし、ほうれん草			
おやつ	大根のみそ汁	味噌		大根、人参	フルーチェ				
	フルーチェ	牛乳							
4	月	10時 昼食	牛乳	牛乳			カレー粉、ケチャップ、コンソメ、醤油	490 kcal	
			ごはん		胚芽米				
			生揚げの炒め物	豚肉、厚揚げ	油、砂糖、片栗粉	にんにく、玉ねぎ、椎茸、もやし、赤パプリカ、青ねぎ			
			野菜汁		さつま芋	太ねぎ、大根、人参			
おやつ	りんご			りんご	塩				
	ドーナッツ	牛乳	HM、砂糖、油						
5	火	10時 昼食	りんごジュース				鶏ガラスープ、醤油	495 kcal	
			ごはん		胚芽米				
			豚肉の味噌炒め	豚肉、味噌	油、砂糖	玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、しめじ			
			ポテトサラダ	ハム	じゃが芋、マヨネーズ	きゅうり、人参			
おやつ	白桃缶				塩 白桃缶				
	ラスク		食パン、バター、砂糖						
6	水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	441 kcal	
			焼きそば	豚肉、かつお節、あおのり	油、中華麺	玉ねぎ、人参、キャベツ、もやし			
			青梗菜ときのこのスープ		ごま油	青梗菜、しめじ			
			ミニゼリー						
おやつ	ゆかりにぎり		胚芽米		ふりかけ				
7	木	10時 昼食	牛乳	牛乳			塩、こしょう	472 kcal	
			ごはん		胚芽米				
			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			
			ごまあえ		砂糖、ごま	キャベツ、ほうれん草、きゅうり			
おやつ	豆腐と麩のみそ汁	豆腐、味噌	麩	青ねぎ	醤油				
	りんごゼリー								
8	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	376 kcal	
			パン		パン				
			鶏とマカロニのクリームシチュー	牛乳、鶏肉、スキムミルク	バター、薄力粉、油、マカロニ	玉ねぎ、人参、エリンギ、グリーンピース			
			フレンチサラダ	ハム	オリーブ油、砂糖	キャベツ、きゅうり、コーン			
おやつ	オレンジ			オレンジ	コンソメ、塩 酢、塩				
	きなこサブレ	きな粉	薄力粉、バター、砂糖						
9	土	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	455 kcal	
			親子丼	鶏肉、高野豆腐、鶏卵	胚芽米、油、じゃが芋、砂糖	玉ねぎ、人参、グリーンピース			
			わかめのみそ汁	味噌、わかめ	麩	玉ねぎ、青ねぎ			
			バナナ			バナナ			
おやつ	バターポテト		じゃが芋、バター		醤油 塩				
11	月	10時 昼食	牛乳	牛乳			カレールウ	500 kcal	
			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			
			キャベツの胡麻マヨサラダ	鶏肉	ごま油、マヨネーズ、胡麻	キャベツ、人参			
			オレンジ			オレンジ			
おやつ	野菜ジュースゼリー				塩 ジュース、ゼリー素				
12	火	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	459 kcal	
			肉味噌スパゲティ	豚肉、味噌	スパゲティ、砂糖	にんにく、生姜、玉ねぎ、椎茸、人参			
			ツナサラダ	ツナ	マヨネーズ	キャベツ、レタス、きゅうり			
			のりスープ	のり		青ねぎ			
おやつ	ジャムサンド		食パン		醤油、塩 ジャム				
13	水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	477 kcal	
			ごはん		胚芽米				
			肉じゃが	豚肉	油、糸蒟蒻、じゃが芋、砂糖	玉ねぎ、人参、いんげん			
			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	白桃缶				白桃缶 抹茶				
	抹茶マフィン	牛乳	HM、砂糖、バター						
14	木	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	517 kcal	
			ごはん		胚芽米				
			いためビーフン	豚肉、ナルト巻	油、ビーフン	玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、椎茸			
			パンパンジー	鶏肉	マヨネーズ、砂糖、胡麻、ごま油	きゅうり、レタス、トマト			
おやつ	りんご			りんご	ジュース 醤油				
	じゃこクッキー	チーズ、青のり、しらす	薄力粉、パン粉、オリーブ油						