令和4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	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	その他(調味料等)	エネルギー たんぱく質 脂質
1	水	10時	牛乳	牛乳				
		昼食	ごはん		胚芽米			
			チャプスイ	豚肉、かまぼこ	油、じゃが芋、片栗粉、ごま油	玉ねぎ、人参、もやし、キャベツ、グリンピース	鶏ガラスープ、醤油、酢	530 kcal
			わかめスープ	わかめ	ビーフン、ごま油	太ねぎ	鶏ガラスープ、塩、醤油	14.6 g
			バナナ			バナナ		15.9 g
		おやつ	人参ケーキ	牛乳	HM、油、砂糖	人参		
2	木	10時	りんごジュース				ジュース	
		昼食	しらす干しごはん	しらす	胚芽米	人参	塩、醤油	368 kcal
			豚肉と玉子の野菜炒め	豚肉、鶏卵	油、片栗粉	生姜、ピーマン、玉ねぎ、人参	醤油、塩、こしょう、鶏ガラスープ	12.5 g
			しめじのみそ汁	わかめ、味噌		人参、しめじ、キャベツ、青ねぎ		6.7 g
			オレンジ			オレンジ		
		おやつ	ジャムサンド		食パン		いちごジャム	
3	金	10時	野菜&フルーツジュース				ジュース	
		昼食	ごはん		胚芽米			
			チーズハンバーグ	豚肉、牛乳、鶏卵、チーズ	パン粉、砂糖	茄子、玉ねぎ	塩、こしょう、ケチャップ、ウスターソース	463 kcal
			マカロニサラダ	ハム	マカロニ、マヨネーズ	キャベツ、きゅうり		15.2 g
			コロコロスープ	ベーコン		大根、人参、コーン	コンソメ、塩	14.7 g
		おやつ	パインゼリー	寒天			ジュース、パイン缶	
4	土	10時	牛乳	牛乳				
		昼食	ごはん		胚芽米			443 kcal
			肉じゃが	豚肉	油、蒟蒻、じゃが芋、砂糖	玉ねぎ、人参、いんげん	醤油	13.5 g
			ごまあえ		胡麻、砂糖	キャベツ、ほうれん草、きゅうり	醤油	10.6 g
			黄桃缶				黄桃缶	
		おやつ	野菜ジュースゼリー	寒天			ジュース	
6	月	10時	りんごジュース				ジュース	
		昼食	ごはん		胚芽米			501 kcal
			豚の生姜焼き	豚肉	砂糖	玉ねぎ、生姜	醤油、酒	18.7 g
			棒棒鶏	鶏肉	マヨネーズ、砂糖、胡麻、ごま油	きゅうり、レタス、トマト	醤油	16.3 g
			オレンジ			オレンジ		
		おやつ	安倍川マカロニ	きな粉	マカロニ、砂糖		塩	
7	火	10時	野菜&フルーツジュース				ジュース	
		昼食	煮込みうどん	油揚げ、豚肉	うどん	人参、小松菜	塩、醤油、みりん	453 kcal
			ポテトサラダ		じゃが芋、マヨネーズ	人参、きゅうり、コーン	塩	11.0 g
			ミニゼリー				ゼリー	13.1 g
		おやつ	ブルーベリーマフィン	牛乳	HM、砂糖、バター		ブルーベリージャム	
8	水	10時	牛乳	牛乳				
		昼食	梅ごはん		胚芽米		ふりかけ	418 kcal
			鮭のきのこ焼き	鮭、チーズ	油	えのき、椎茸、しめじ、人参、ピーマン	塩、こしょう	20.0 g
			小松菜の磯和え	のり		小松菜、人参	醤油	13.9 g
			みそ汁	味噌	麩	玉ねぎ、人参		
		おやつ	青のりポテトフライ	青のり	じゃが芋、油		塩	
9	木	10時	野菜&フルーツジュース				ジュース	
		昼食	パン		パン			577 kcal
			オムレツ	鶏卵、豚肉、牛肉	油	玉ねぎ	塩、ケチャップ	21.1 g
			ツナサラダ	ツナ	砂糖	キャベツ、人参、きゅうり、レモン	塩	27.8 g
			ミネストローネ	ベーコン	マカロニ、砂糖	人参、玉ねぎ、トマト、キャベツ、パセリ	コンソメ、塩、ケチャップ	
		おやつ	あじさいゼリー	寒天、牛乳、生クリーム	砂糖		ぶどうジュース、ゼリー	
10	金	10時	牛乳	牛乳				
		昼食	ごはん		胚芽米			554 kcal
			ドライカレー	豚肉、牛肉	油	玉ねぎ、人参、にんにく、生姜、パセリ	醤油、コンソメ、カレー粉、塩、こしょう	15.5 g
			コーンサラダ		砂糖、オリーブ油	キャベツ、きゅうり、人参、コーン	みかん缶、酢	25.5 g
			パイン缶				パイン缶	
		おやつ	塩サブレ		薄力粉、バター、砂糖		塩	
11	土	10時	りんごジュース				ジュース	
		昼食	豚丼	豚肉	胚芽米、油、砂糖、胡麻	玉ねぎ、人参	醤油、酒、みりん	504 kcal
			わかめのみそ汁	味噌、わかめ	麩	玉ねぎ、青ねぎ		14.6 g
			ミニゼリー				ゼリー	15.2 g
		おやつ	コーン蒸しパン	牛乳、チーズ	HM、砂糖、バター	コーン		
13	月	10時	牛乳	牛乳				
		昼食	ビビンバ風ごはん	豚肉	胚芽米、砂糖、油、胡麻	生姜、にんにく、人参、もやし、ほうれん草、コーン	醤油、酒、酢	542 kcal
			ワンタンスープ	鶏肉	ごま油、ワンタン皮	青梗菜、太ねぎ、椎茸	醤油、塩、こしょう、鶏ガラスープ	19.1 g
			みかん缶				みかん缶	17.2 g
		おやつ	スコーン	牛乳	HM、バター			
14	火	10時	りんごジュース				ジュース	
		昼食	わかめごはん		胚芽米		ふりかけ	437 kcal
			若鶏の甘辛和え	鶏肉	片栗粉、油、砂糖	生姜	酒、醤油	16.6 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	11.0 g
			豆腐とわかめのみそ汁	豆腐、味噌、わかめ				
		おやつ	チーズシュガートースト	チーズ	食パン、砂糖			