



令和4年 7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	色の食品			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	緑色の食品 からだの調子を整える		
1 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			
	おやつ	豆腐ミートローフ	鶏肉、豆腐、鶏卵	パン粉	玉ねぎ、ピーマン、人参	塩、こしょう、コンソメ	468 kcal
		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		13.8 g
2 土	10時 昼食	野菜スープ	豚肉			コンソメ、塩、醤油	13.0 g
		レモン風味ゼリー	寒天	砂糖	レモン		
	おやつ	りんごジュース				ジュース	474 kcal
		ごはん		胚芽米			
4 月	10時 昼食	じゃが芋の含め煮	鶏肉	油、蒟蒻、じゃが芋、砂糖	玉ねぎ、人参	醤油	11.6 g
		豆腐とわかめのみそ汁	豆腐、わかめ、味噌				
	おやつ	オレンジ			オレンジ	レーズン	
		レーズン蒸しパン	牛乳	HM、砂糖、バター			
5 火	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
		ごはん		胚芽米			
	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	509 kcal
		野菜のみそ汁	わかめ、味噌		玉ねぎ、人参、キャベツ、小松菜		14.3 g
6 水	10時 昼食	みかん缶				みかん缶 BP	13.5 g
		きな粉蒸しパン	鶏卵、牛乳、きな粉	砂糖、油、薄力粉			
	おやつ	牛乳	牛乳			いちごジャム	
		ごはん		胚芽米			
7 木	10時 昼食	冬瓜と鶏肉の煮物	鶏肉	砂糖、片栗粉	冬瓜、椎茸	醤油	15.5 g
		油揚げと野菜の胡麻和え	油揚げ	胡麻、砂糖	もやし、ほうれん草		
	おやつ	バナナ			バナナ	ココア ジュース	453 kcal
		ジャムサンド		食パン			
8 金	10時 昼食	冷やしそうめん	ハム、鶏卵	砂糖、そうめん	人参、きゅうり	醤油	11.0 g
		ちくわの磯辺揚げ	竹輪、青のり、鶏卵	油、薄力粉			
	おやつ	すいか			すいか	ココア ジュース	429 kcal
		クッキー		薄力粉、砂糖、バター			
9 土	10時 昼食	カレー粉、塩				カレー粉、塩 醤油、酢	15.6 g
		切り干し大根のサラダ	たら	片栗粉、油	大根、もやし、きゅうり、人参		
	おやつ	三色みそ汁	味噌	じゃが芋	人参、小松菜	ココア ジュース	418 kcal
		ココアプリン	寒天、牛乳	砂糖			
10 日	10時 昼食	ポークホワイトシチュー	牛乳、豚肉、スキムミルク	バター、薄力粉、じゃが芋	玉ねぎ、人参、エリンギ	コンソメ、塩	20.0 g
		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	デラウェア			デラウェア	醤油	577 kcal
		おかかにぎり	かつお節	胚芽米			
11 月	10時 昼食	焼肉丼	豚肉、のり	胚芽米、油、砂糖	玉ねぎ、人参	醤油、酒	21.1 g
		じゃが芋と青菜のスープ	ベーコン	じゃが芋、片栗粉	ほうれん草		
	おやつ	ミニゼリー				ジュース	554 kcal
		バターポテト		じゃが芋、バター			
12 火	10時 昼食	麻婆豆腐	豚肉、味噌、豆腐	油、砂糖、片栗粉	生姜、にんにく、椎茸、人参、太ねぎ	醤油、酢 鶏ガラスープ、塩	15.5 g
		はるさめサラダ	ハム	春雨、砂糖、ごま油	きゅうり		
	おやつ	中華コーンスープ	鶏卵	片栗粉	コーン、人参	鶏ガラスープ、塩	
		ココアいろいろ	きな粉	米粉、薄力粉、砂糖			
13 水	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	491 kcal
		ごはん		胚芽米			
	おやつ	鶏つくね	鶏肉、鶏卵	片栗粉、パン粉、砂糖	青ねぎ、人参	塩、醤油	15.5 g
		和風サラダ	わかめ、しらす	油、砂糖	レタス、きゅうり		
14 木	10時 昼食	油揚げと青菜のみそ汁	油揚げ、味噌		小松菜	酢、醤油	
		バナナケーキ	鶏卵、牛乳	HM、砂糖、バター	バナナ		
	おやつ	ふりかけごはん		胚芽米		ジュース	393 kcal
		南瓜と茄子の挽肉かけ	味噌、豚肉	油、砂糖、片栗粉	南瓜、茄子、いんげん		
15 金	10時 昼食	豆腐とキャベツのすまし汁	豆腐		キャベツ、青ねぎ	塩、醤油	7.7 g
		オレンジ			オレンジ		
	おやつ	パイゼリー	寒天			ジュース、バイン缶	
		牛乳	牛乳				