



令和4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	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			555 kcal		
			ポークケチャップ	豚肉	バター	玉ねぎ、人参	塩、こしょう、コンソメ、ケチャップ、パイン缶	1.2 g		
			グリーンサラダ		マヨネーズ	キャベツ、きゅうり、人参、ブロッコリー	13.9 g			
	おやつ	ココロスープ	ベーコン		大根、人参、コーン					
		フライドポテト		じゃが芋、油						
		りんごジュース				コンソメ、塩				
		パン		パン		塩	518 kcal			
2	金	10時 昼食	チーズハンバーグ	豚肉、牛乳、鶏卵、チーズ	パン粉、砂糖	玉ねぎ、茄子	塩、こしょう、ケチャップ、ウスター	1.9 g		
			コーンサラダ		砂糖、オリーブ油	キャベツ、きゅうり、人参	みかん缶、酢	18.6 g		
			ほうれん草のスープ			人参、コーン、ほうれん草	コンソメ、塩			
			だめぎにぎり	かつお節	胚芽米、砂糖、天かす		ふりかけ、醤油			
	おやつ	牛乳	牛乳							
		ごはん		胚芽米						
		いためビーフン	豚肉	油、ビーフン	玉ねぎ、人参、キャベツ、椎茸、ピーマン	塩、こしょう、鶏ガラ、醤油	527 kcal			
		豆腐とわかめのみそ汁	豆腐、わかめ、味噌			1.4 g				
	おやつ	ゼリー				ゼリー	15.9 g			
		いちごジャム蒸しパン	牛乳	HM、砂糖		ジャム				
		5	月	10時 昼食	牛乳	牛乳				
					ごはん		胚芽米			
赤魚のおろし煮	赤魚				砂糖	大根	醤油、酒、みりん	466 kcal		
山吹和え	鶏卵				砂糖、油	ほうれん草、人参	1.5 g			
	おやつ	みそ汁	味噌	麩	玉ねぎ、人参、小松菜	醤油、みりん	18.9 g			
		スコーン	牛乳	HM、バター						
		りんごジュース								
		肉味噌スパゲティ	豚肉、味噌	油、砂糖、スパゲティ	にんにく、生姜、玉ねぎ、人参、椎茸、グリーンピース	コンソメ、酒	455 kcal			
6	火	10時 昼食	フルーツサラダ	ヨーグルト	砂糖、マヨネーズ	バナナ	パイン缶、みかん缶	2.2 g		
			もやしスープ	ベーコン		人参、もやし、小松菜	コンソメ、塩、醤油	15.6 g		
			ピザトースト	チーズ	食パン	ピーマン、トマト	ケチャップ			
			野菜&フルーツジュース				ジュース			
	おやつ	ごはん		胚芽米						
		八宝菜	豚肉、かまぼこ、うずらの卵	油、片栗粉	玉ねぎ、人参、椎茸、筍、白菜、ほうれん草	鶏ガラ、塩、醤油	459 kcal			
		トマトとわかめのサラダ	かつお節、わかめ	砂糖、オリーブ油	トマト	塩、醤油、酢	1.1 g			
		バナナ			バナナ	13.3 g				
7	水	10時 昼食	フルーチェ	牛乳			フルーチェ			
			牛乳	牛乳						
			キーマカレー	豚肉、牛肉、スキムミルク	胚芽米、油	玉ねぎ、人参、トマト、生姜、グリーンピース	カレーウ	644 kcal		
			ツナサラダ	ツナ	砂糖	キャベツ、人参、きゅうり、レモン	塩	1.7 g		
	おやつ	りんご			りんご	19.8 g				
		さつま芋ケーキ	鶏卵	HM、砂糖、バター	さつま芋					
		8	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
					パン		パン			471 kcal
ポトフ	鶏肉、ウインナー、ベーコン				じゃが芋	玉ねぎ、人参、キャベツ	コンソメ、塩、醤油	2.0 g		
ハムサラダ	ハム				砂糖、油	キャベツ、きゅうり、人参	酢	16.8 g		
	おやつ	オレンジ			オレンジ					
		わかめにぎり		胚芽米		ふりかけ				
		9	土	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
					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	醤油	440 kcal
野菜汁	さつま芋					大根、人参、太ねぎ	塩	1.0 g		
バナナ						バナナ	13.3 g			
	おやつ	野菜ジュースゼリー	寒天			ジュース				
		野菜&フルーツジュース				ジュース				
		夕焼けごはん		胚芽米	人参	塩	533 kcal			
		大豆の磯辺煮	大豆、油揚げ、鶏肉、ひじき	油、蒟蒻、砂糖	人参	醤油	1.6 g			
	おやつ	豚汁	豚肉、豆腐、味噌	じゃが芋	ごぼう、人参、大根、ほうれん草	16.5 g				
		黄桃缶				黄桃缶				
		レーズンマフィン	牛乳	HM、砂糖、バター		レーズン				
		10	火	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
ごはん					胚芽米			447 kcal		
花しゅうまい	豚肉、白はんぺん、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、酒、醤油	1.5 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	13.9 g		
	おやつ	じゃが芋のみそ汁	わかめ、味噌	じゃが芋	青ねぎ					
		ラスク		食パン、バター、砂糖						
		11	水	10時 昼食	牛乳	牛乳				
					冷やし中華	ハム、鶏卵	砂糖、胡麻、中華麺	生姜、きゅうり	醤油、酢	452 kcal
鶏肉のカレー風味揚げ	鶏肉				片栗粉、油	にんにく	塩、カレー粉、醤油、酒	1.8 g		
パイン缶							パイン缶			
	おやつ	チーズポテト	チーズ	じゃが芋		塩	18.7 g			