

# 令和5年 5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	月	10時 昼食	牛乳	牛乳				緑茶ペースト 塩、コンソメ 醤油 塩、醤油、鶏ガラ	471 kcal 13.8 g 13.3 g
			茶飯		胚芽米				
			ポテトのパン粉焼き	豚肉	バター、じゃが芋、パン粉、油	玉ねぎ、人参、コーン			
			三色おひたし	かつお節	砂糖	ほうれん草、もやし、人参			
おやつ			きのこスープ	ベーコン		えのき、しめじ、人参、青梗菜			
			スコーン	牛乳	バター、HM				
2	火	10時 昼食	野菜&フルーツジュース					ジュース カレールウ 塩 ゼリー	507 kcal 13.8 g 15.3 g
			コーンチキンカレーライス	鶏肉、スキムミルク	胚芽米、油、じゃが芋	玉ねぎ、人参、コーン			
			キャベツの胡麻マヨサラダ	鶏肉	ごま油、胡麻、マヨネーズ	キャベツ、人参			
			ミニゼリー						
おやつ			かぼとパイ	鶏卵	春巻きの皮、砂糖、バター				
6	土	10時 昼食	牛乳	牛乳				ごどもの日 鶏ガラ、醤油、オイスターソース 塩、酢、醤油 ゼリー 塩	520 kcal 21.5 g 16.4 g
			ごはん		胚芽米				
			麻婆豆腐	豚肉、豆腐、味噌	油、片栗粉	生姜、にんにく、椎茸、人参、えのき			
			たたききゅうり		砂糖、ごま油	きゅうり			
おやつ			ミニゼリー						
			安倍川マカロニ	きな粉	マカロニ、砂糖				
8	月	10時 昼食	野菜&フルーツジュース					ジュース	495 kcal 13.5 g 20.0 g
			ごはん		胚芽米				
			五目炒り卵	鶏肉、鶏卵	油、砂糖	玉ねぎ、人参、椎茸、青ねぎ			
			ひじきサラダ	ひじき、鶏肉	マヨネーズ	人参、コーン			
おやつ			みかん缶						
			パンナコッタ	寒天、牛乳、生クリーム	砂糖				
9	火	10時 昼食	牛乳	牛乳				酒、コンソメ ケチャップ コンソメ、塩 醤油	517 kcal 19.8 g 15.4 g
			肉味噌スバゲティ	豚肉、味噌	油、砂糖、スバゲティ	にんにく、生姜、玉ねぎ、人参、椎茸、グリーンピース			
			春のサラダ	ハム	マヨネーズ	アスパラガス、人参、トマト、レタス、きゅうり			
			コロコロスープ	ベーコン		大根、人参、コーン			
おやつ			おかかにぎり	かつお節	胚芽米				
10	水	10時 昼食	りんごジュース					ジュース	487 kcal 12.2 g 12.6 g
			ごはん		胚芽米				
			いためビーフン	豚肉、なると	油、ビーフン	玉ねぎ、人参、キャベツ、椎茸、ピーマン			
			中華風スープ	鶏卵、わかめ	片栗粉、ごま油	もやし			
おやつ			りんご			りんご			
			ミルクトースト	牛乳	砂糖、バター、食パン				
11	木	10時 昼食	野菜&フルーツジュース					ジュース	549 kcal 16.8 g 19.0 g
			ごはん		胚芽米				
			鶏肉のカレー風味揚げ	鶏肉	油、片栗粉	にんにく			
			和風サラダ	わかめ、しらす	油、砂糖	レタス、きゅうり			
おやつ			野菜の和風スープ	豚肉	油	玉ねぎ、葱、ごぼう、えのき、椎茸、人参、青ねぎ			
			ココアマフィン	牛乳	HM、砂糖、バター				
12	金	10時 昼食	牛乳	牛乳				576 kcal 22.2 g 16.0 g	
			パン		パン				
			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			
			ツナサラダ	ツナ	砂糖	キャベツ、人参、きゅうり、レモン			
おやつ			オレンジ			オレンジ			
			おはき風にぎり	きな粉	砂糖、胚芽米				
13	土	10時 昼食	りんごジュース					ジュース 醤油 ゼリー	531 kcal 11.2 g 18.2 g
			ごはん		胚芽米				
			すき焼き風煮并	牛肉、豆腐	胚芽米、蒟蒻、砂糖	玉ねぎ、人参、白菜、しめじ、太ねぎ、絹さや			
			わかめのみそ汁	わかめ、味噌	麩	玉ねぎ、青ねぎ			
おやつ			ミニゼリー						
			コーン蒸しパン	牛乳、チーズ	HM、砂糖	コーン			
15	月	10時 昼食	牛乳	牛乳				塩、こしょう、醤油	416 kcal 15.9 g 11.7 g
			焼うどん	豚肉、かつお節、青のり	油、胡麻、うどん	玉ねぎ、人参、キャベツ、椎茸			
			豆腐とわかめのみそ汁	豆腐、わかめ、味噌					
			バナナ			バナナ			
おやつ			ジャムサンド		食パン				
16	火	10時 昼食	野菜&フルーツジュース					ジュース 塩、醤油、みりん 醤油、酒、みりん 醤油	419 kcal 17.7 g 7.6 g
			たけのこごはん	鶏肉	胚芽米	筍、人参			
			白身魚のおろし煮	たら	砂糖	大根			
			ごまあえ	鶏肉	胡麻、砂糖	キャベツ、ほうれん草			
おやつ			オレンジ			オレンジ			
			抹茶マフィン	牛乳	HM、砂糖、バター				
17	水	10時 昼食	りんごジュース					ジュース	475 kcal 15.0 g 18.6 g
			ごはん		胚芽米				
			洋風かきあげ	ウインナー、鶏卵	薄力粉、油	コーン、人参、玉ねぎ、青ねぎ			
			小松菜の磯和え	のり		小松菜、人参			
おやつ			豆腐と麩のみそ汁	豆腐、味噌	麩	青ねぎ			
			ねぎせんべい	かつお節、しらす、チーズ	餃子の皮、胡麻、マヨネーズ	青ねぎ			
18	木	10時 昼食	牛乳	牛乳				塩、こしょう、ケチャップ、ウスター	524 kcal 17.8 g 22.3 g
			ごはん		胚芽米				
			ハンバーグ	豚肉、牛肉、牛乳、鶏卵	パン粉、砂糖	玉ねぎ、ブロッコリー			
			マカロニチーズサラダ	ハム、チーズ	マカロニ、マヨネーズ	キャベツ、きゅうり			
おやつ			オニオンスープ			玉ねぎ、人参			
			バターポテト		じゃが芋、バター				