

令和6年 11月の給食予定献立表

企業主導型保育所
3歳未満児

Sun Son Nursery School
静岡給食協同組合

日	曜日	区分	献立	赤色の食品	青色の食品	緑色の食品	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	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	447 kcal 12.0 g 10.4 g
			パン		胚芽米			
			ポークホワイトシチュー	牛乳、スキムミルク	バター、薄力粉、油、じゃが芋	玉ねぎ、人参、エリンギ	コンソメ、塩	
おやつ	10時	10時 昼食	コーンサラダ		酢、砂糖、オリーブ油	キャベツ、きゅうり、人参、コーン	みかん缶	
			りんご				りんご	
			栗むすび		胚芽米		栗	
2	土	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	509 kcal 14.7 g 14.8 g
			ごはん		胚芽米			
			豚の生姜焼き	豚肉、厚揚げ	砂糖	玉ねぎ、生姜	塩、こしょう、みりん、酒、醤油	
おやつ	10時	10時 昼食	さつま汁	豚肉、味噌	さつま芋	人参、ごぼう、ほうれん草	醤油、酒	
			バナナ				バナナ	
			スコーン	牛乳	HM、バター			
5	火	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	420 kcal 11.5 g 7.6 g
			肉味噌うどん	豚肉、味噌	うどん、油、砂糖	にんにく、生卵、玉ねぎ、人参、椎茸、グリーンピース	酒	
			ひじきサラダ	ひじき	砂糖、ごま油	大根、人参、小松菜	酢、醤油	
おやつ	10時	10時 昼食	黄桃缶				黄桃缶	
			ふりかけにぎり		胚芽米		ふりかけ	
			りんごジュース				ジュース	
6	水	10時 昼食	ごはん		胚芽米			504 kcal 15.8 g 14.2 g
			白身魚のおろしソース	赤魚	油、片栗粉、砂糖	生姜、大根	酒、醤油、みりん	
			五豆	鶏肉、昆布、さつま揚げ、大豆	油、蒟蒻、砂糖	ごぼう、人参	醤油	
おやつ	10時	10時 昼食	油揚げと青菜のみそ汁	油揚げ、味噌		小松菜		
			人参ケーキ	牛乳	HM、油、砂糖	人参		
			牛乳	牛乳				
7	木	10時 昼食	さつま芋ごはん		胚芽米、さつま芋、黒ごま		塩	534 kcal 20.7 g 21.8 g
			若鶏の甘辛和え	鶏肉	片栗粉、油、砂糖	生姜	醤油、酒	
			キャベツとほうれん草の胡麻和え		ごま、砂糖	ほうれん草、キャベツ、きゅうり	醤油	
おやつ	10時	10時 昼食	豆腐とわかめのみそ汁	豆腐、わかめ、味噌				
			じゃこクッキー	しらす、青のり、チーズ	薄力粉、パン粉、砂糖、オリーブ油			
8	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	448 kcal 18.2 g 11.9 g
			パン		パン			
			ハンバーグきのこソースかけ	豚肉、牛肉、鶏卵、牛乳	パン粉、バター、砂糖、片栗粉	玉ねぎ、えのき、しめじ	塩、こしょう、醤油	
おやつ	10時	10時 昼食	ツナサラダ	ツナ	砂糖	キャベツ、きゅうり、人参、レモン	塩、酢	
			根菜スープ	鶏肉	オリーブ油、里芋、片栗粉	蓮根、玉ねぎ、人参、ほうれん草	コンソメ、塩、醤油	
			焼きおにぎり		胚芽米、砂糖、ごま油		醤油、みりん	
9	土	10時 昼食	牛乳	牛乳				485 kcal 16.2 g 13.4 g
			ビビンバ風ごはん	豚肉	胚芽米、砂糖、ごま	生卵、にんにく、人参、もやし、ほうれん草、コーン	醤油、酒、酢	
			ビーフンスープ	ベーコン	油、ビーフン	玉ねぎ、白菜	鶏ガラ、塩	
おやつ	10時	10時 昼食	ミニゼリー				ゼリー	
			ふかしさつま芋		さつま芋			
11	月	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	447 kcal 12.6 g 13.5 g
			ごはん		胚芽米			
			豆腐の中華煮	豆腐、豚肉、うずらの卵	油、砂糖、片栗粉	生姜、にんにく、人参、椎茸、もやし、青梗菜	鶏ガラ、塩、醤油	
おやつ	10時	10時 昼食	春雨サラダ	ハム	春雨、砂糖、ごま油	きゅうり	醤油、酢	
			みかん缶				みかん缶	
			お好み焼き	豚肉、かつお節、鶏卵	お好み焼き粉、マヨネーズ	キャベツ、コーン	ソース	
12	火	10時 昼食	牛乳	牛乳				484 kcal 15.5 g 12.3 g
			ごはん		胚芽米			
			すき焼き風煮	牛肉、豆腐	油、蒟蒻、砂糖	玉ねぎ、人参、白菜、しめじ、太ねぎ、絹さや	醤油	
おやつ	10時	10時 昼食	かぼちゃのみそ汁	味噌、油揚げ、わかめ		かぼちゃ、椎茸		
			オレンジ				オレンジ	
			さつま芋蒸しパン	牛乳	HM、砂糖、油、さつま芋			
13	水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	387 kcal 11.9 g 8.0 g
			和風スパゲティ	鶏肉、ウインナー	バター、スパゲティ	玉ねぎ、人参、えのき、しめじ、椎茸、ほうれん草	塩、コンソメ、醤油	
			白菜スープ	ベーコン		白菜、人参、もやし	塩、醤油	
おやつ	10時	10時 昼食	りんご			りんご		
			のりむすび	青のり、のり	胚芽米、ごま、ごま油、砂糖		醤油	
			りんごジュース				ジュース	
14	木	10時 昼食	パン		パン			504 kcal 16.3 g 15.2 g
			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	
			ツナ入りマカロニサラダ	ハム、ツナ	マカロニ、マヨネーズ	きゅうり、人参		
おやつ	10時	10時 昼食	パイ缶				パイ缶	
			ごまたくあんにぎり	かつお節	胚芽米、ごま	たくあん		
15	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	497 kcal 20.1 g 15.2 g
			チキンライス	鶏肉、ウインナー	胚芽米、油	玉ねぎ、人参	ケチャップ、コンソメ、塩	
			オムレツ	鶏卵、豚肉、牛乳	油、砂糖	玉ねぎ	塩、ケチャップ	
おやつ	10時	10時 昼食	ほうれん草のスープ			人参、コーン、ほうれん草	コンソメ、塩	
			バナナ					
			プリン	牛乳		バナナ	プリン素	
16	土	10時 昼食	牛乳	牛乳				424 kcal 12.6 g 9.5 g
			ごはん		胚芽米			
			かぼちゃのそぼろあん	鶏肉	油、砂糖、片栗粉	かぼちゃ、玉ねぎ、人参、グリーンピース	醤油	
おやつ	10時	10時 昼食	野菜のみそ汁	味噌、わかめ		玉ねぎ、人参、キャベツ、小松菜		
			オレンジ				オレンジ	
			フルーチェ	牛乳			フルーチェ	