

令和7年 1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 静岡給食協同組合

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		
4	土	10時 昼食	牛乳	牛乳			醤油 みかん缶	435 kcal 10.1 g 10.9 g
			ごはん		胚芽米			
			ツナじゃが	ツナ	油、じゃが芋、蒟蒻、砂糖	玉ねぎ、人参、グリーンピース		
			油揚げとキャベツのみそ汁	油揚げ、味噌		キャベツ		
おやつ	みかん缶							
	黒糖マフィン	牛乳	HM、黒砂糖、バター					
6	月	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース カレールー 塩 黄桃缶 ジャム	568 kcal 13.6 g 17.8 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	ツナ	マヨネーズ、ごま油、胡麻	キャベツ、人参		
			黄桃缶					
おやつ	ブルーベリーマフィン	牛乳	HM、砂糖、バター					
	7	火	10時 昼食	りんごジュース				りんごジュース 塩 鶏ガラ、塩、醤油
七草ごはん					胚芽米	七草きざみ		
魚と野菜の中華あんかけ				たら	片栗粉、油、砂糖、ごま油	人参、椎茸、白菜、青梗菜		
里芋と白菜のみそ汁				味噌	里芋	白菜、人参、青ねぎ		
おやつ	りんご			りんご				
	しらすチーズトースト	しらす、チーズ	パン					
8	水	10時 昼食	牛乳	牛乳			醤油 醤油 ゼリー	497 kcal 13.5 g 12.2 g
			ごはん		胚芽米			
			味噌おでん	鶏肉、昆布、黒はんぺん、味噌	蒟蒻、じゃが芋、砂糖	大根		
			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	ミニゼリー							
	ホットビスケット	牛乳	HM、バター、砂糖					
9	木	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース 塩 塩、コンソメ、ケチャップ コンソメ、塩	379 kcal 15.8 g 5.3 g
			パン		パン			
			鶏肉のトマトソース煮	鶏肉	油、じゃが芋、砂糖	玉ねぎ、人参、トマト、ブロッコリー		
			野菜スープ			人参、玉ねぎ、コーン、キャベツ		
おやつ	オレンジ			オレンジ				
	おかかにぎり	かつお節	胚芽米					
10	金	10時 昼食	りんごジュース				ジュース 塩、鶏ガラ	460 kcal 13.1 g 13.8 g
			塩らーめん	豚肉	ごま油、中華麺	にんにく、人参、キャベツ、もやし、太ねぎ、コーン		
			ポテトサラダ	ハム	じゃが芋、マヨネーズ	人参、きゅうり		
			みかん			みかん		
おやつ	蒸しあんぱん	豆乳	HM					
	牛乳	牛乳						
11	土	10時 昼食	二色丼	鶏肉、鶏卵	胚芽米、砂糖	グリーンピース	醤油、酒、みりん 醤油	451 kcal 19.1 g 16.3 g
			油揚げと野菜の和え物	油揚げ	砂糖	もやし、ほうれん草		
			わかめのみそ汁	わかめ、味噌	お麩	玉ねぎ、青ねぎ		
			バターポテト		じゃが芋、バター			
おやつ	牛乳	牛乳						
	塩							
14	火	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	480 kcal 17.2 g 8.7 g
			ごはん		胚芽米			
			白身魚のおろし煮	たら	砂糖	大根		
			フルーツサラダ	ヨーグルト	砂糖、マヨネーズ	バナナ		
おやつ	いも煮汁	豚肉、味噌	さつま芋	ごぼう、大根、人参、ほうれん草				
	おからドーナツ	おから、豆乳	HM、油、砂糖					
15	水	10時 昼食	牛乳	牛乳			酒、醤油 醤油	466 kcal 17.2 g 14.1 g
			ごはん		胚芽米			
			若鶏のから揚げ	鶏肉	油、片栗粉	生姜		
			小松菜の磯和え	のり		小松菜、人参		
おやつ	みそ汁	味噌	お麩	大根、人参				
	ラスク		食パン、バター、砂糖					
16	木	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	495 kcal 14.8 g 9.9 g
			ごはん		胚芽米			
			大豆の磯辺煮	大豆、鶏肉、ひじき、油揚げ	油、蒟蒻、砂糖	人参		
			石狩鍋風汁	鮭、豆腐、味噌	じゃが芋、バター、砂糖	キャベツ、大根、玉ねぎ、人参、太ねぎ、コーン		
おやつ	りんご			りんご				
	みかんケーキ		HM、油					
17	金	10時 昼食	牛乳	牛乳			塩、ケチャップ 塩、コンソメ、ケチャップ 醤油	611 kcal 25.1 g 26.2 g
			パン		パン			
			オムレツ	鶏卵、豚肉、牛肉	油、砂糖	玉ねぎ		
			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		
おやつ	ミネストローネ	ベーコン	油、砂糖、マカロニ	人参、玉ねぎ、セロリ、キャベツ、トマト、パセリ				
	きつねにぎり	油揚げ	胚芽米、砂糖、胡麻					
18	土	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース 醤油、酒 塩、鶏ガラ	475 kcal 14.8 g 14.8 g
			焼肉丼	豚肉、のり	胚芽米、油、砂糖	玉ねぎ、人参		
			中華風野菜スープ	わかめ、鶏卵	片栗粉、ごま油	もやし		
			バナナ			バナナ		
おやつ	コーン蒸しパン	牛乳、チーズ	HM、砂糖、油	コーン				
	20	月	10時 昼食	牛乳	牛乳			酒、鶏ガラ、塩、醤油 醤油 鶏ガラ、塩、醤油 醤油
ごはん					胚芽米			
豚肉とピーマンの細切り炒め				豚肉	油、砂糖、片栗粉	筍、ピーマン、パプリカ		
棒鶏糞				鶏肉	ごま油、胡麻、砂糖、マヨネーズ	きゅうり、レタス、トマト		
おやつ	わかめスープ	わかめ	ビーフン	太ねぎ				
	マーラカオ	牛乳、鶏卵	HM、黒砂糖、ごま油					