

令和7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 静岡給食協同組合

日 曜 日 区 分			献立	からだを作る	黄色の食品 エネルギーになる	緑の食品 からだの調子を整える	その他(調味料等)	エネルギー たんぱく質 脂質
1	火	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ごはん	胚芽米				
			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	
			じゃが芋のみそ汁	わかめ、味噌	じゃが芋	青ねぎ		
			オレンジ			オレンジ		
2	水	10時 昼食	ごまマフィン	牛乳	HM、バター、砂糖、胡麻			
			牛乳	牛乳				
			ごはん	胚芽米				
			高知チキン南蛮風	鶏肉	薄力粉、油、マヨネーズ	パセリ、キャベツ	ふりかけ	
			キャベツのソテー	ハム	油、マヨネーズ	キャベツ、コーン	塩、こしょう、酢、みりん、醤油、ケチャップ	
3	木	10時 昼食	ピーマン入りスープ	ベーコン	油、ピーマン	玉ねぎ、青梗菜	塩	
			ミルクプリン	寒天、牛乳、生クリーム、コンデンスミルク	砂糖		鶏ガラ、塩	
			りんごジュース				みかん缶、パイン缶、黄桃缶	
			ごはん	胚芽米				
			和風ハンバーグ	牛肉、豚肉、鶏卵、牛乳	パン粉、砂糖、片栗粉	玉ねぎ	塩、こしょう、醤油	
4	金	10時 昼食	オニオンスープ			玉ねぎ、人参	塩、コンソメ	
			ぶどう			ぶどう		
			おかかチーズにぎり	チーズ、かつお節	胚芽米、砂糖		醤油	
			野菜&フルーツジュース				ジュース	
			パン	パン				
5	土	10時 昼食	豆乳コーンシチュー	豆乳、鶏肉	油、じゃが芋	玉ねぎ、人参、コーン	コンソメ、塩	
			野菜のレモン酢和え		油、砂糖	キャベツ、レタス、きゅうり、りんご、レモン	塩	
			バナナ			バナナ		
			おからラスク	きな粉	麩、油、砂糖、バター			
			りんごジュース				ジュース	
7	月	10時 昼食	ごはん	胚芽米				
			肉じゃが	豚肉	油、じゃが芋、蒟蒻、砂糖	玉ねぎ、人参、いんげん	醤油	
			豆腐とえのきのみそ汁	豆腐、わかめ、味噌		えのき、青ねぎ		
			黄桃缶				黄桃缶	
			黒糖蒸しパン		HM、牛乳、黒糖			
8	火	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			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、みりん	
			ちくわの磯辺揚げ	ちくわ、青のり、鶏卵	薄力粉、油			
			みかん缶				みかん缶	
			きつねにぎり	油揚げ	胚芽米、砂糖、胡麻		醤油	
9	水	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			コーンライス		胚芽米	コーン	塩	
			白身魚のごまみそ焼	メルルーサ、味噌	砂糖、胡麻		酒、みりん	
			野菜汁		さつま芋	冬瓜、人参、太ねぎ	塩	
			ぶどう			デラウェア		
10	木	10時 昼食	水羊羹				羊羹素	
			りんごジュース				ジュース	
			ごはん	胚芽米				
			五目炒り卵	鶏卵	油、砂糖	玉ねぎ、人参、椎茸、青ねぎ	醤油	
			シルバーサラダ	ハム	春雨、マヨネーズ、砂糖、胡麻	きゅうり、人参、コーン	酢	
11	金	10時 昼食	ほうれん草のスープ			ほうれん草、人参、コーン	塩、コンソメ	
			ショートブレッド		薄力粉、バター、砂糖			
			野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ごはん	胚芽米				
			挽肉の味噌風味焼	豚肉、鶏卵、味噌	パン粉、ごま油	玉ねぎ	こしょう、醤油	
12	土	10時 昼食	ハム入りおひたし	ハム、かつお節	砂糖	小松菜、キャベツ	醤油	
			とうがん汁	鶏肉、油揚げ、豆腐		人参、椎茸、冬瓜、青梗菜	塩、醤油	
			しらすチーズトースト	しらす、チーズ	食パン			
			りんごジュース				ジュース	
			パン	パン				
13	日	10時 昼食	茄子とトマトのイタリア風	鶏肉、ベーコン、チーズ	油	玉ねぎ、茄子、トマト	コンソメ、ケチャップ	
			ポテトスープ	ベーコン、牛乳	じゃが芋	玉ねぎ、人参	塩、コンソメ	
			バナナ			バナナ		
			ブルーベリーケーキ	牛乳	薄力粉、バター、砂糖		ジャム、BP	
			牛乳	牛乳				
14	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	
			油揚げと野菜の和え物	油揚げ	砂糖	小松菜、もやし	醤油	
			オレンジ			オレンジ		
			黒蜜パンナコッタ	寒天、牛乳、生クリーム	砂糖、黒糖			
			りんごジュース				ジュース	
15	火	10時 昼食	かば焼き丼風	かれい、鶏卵	胚芽米、薄力粉、油、砂糖、胡麻		醤油、みりん、酒	
			豚汁	豚肉、豆腐、味噌	じゃが芋	ごぼう、人参、冬瓜、小松菜		
			すいか			すいか		
			ほうろしパン風	牛乳、スキムミルク	パン、HM、バター、砂糖	レモン		

日	曜	区分	献立	赤色の食品 からだを作る	黄色の食品 エネルギーになる	緑の食品 からだの調子を整える	その他（調味料等）	エネルギー たんぱく質 脂質
15	火	10時 昼食	牛乳 冷やし中華 若鶏のから揚げ バナナ おやつ ふりかけにぎり	牛乳 ハム、鶏卵 鶏肉	中華麺、砂糖、胡麻 片栗粉、油	きゅうり、生姜 生姜 バナナ	醤油、酢 醤油、酒 ふりかけ ジュース	446 kcal 19.8 g 12.2 g
16	水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース ごはん 花しゅうまい 切り干し大根の甘煮 さつま芋のみそ汁 フルーツポンチ おやつ フルーツポンチ	胚芽米 豚肉、白はんぺん、豆腐 豚肉、さつま揚げ 味噌 砂糖	胚芽米 片栗粉、ごま油、砂糖、しゅうまいの皮 油 さつま芋 砂糖	玉ねぎ、生姜 大根、人参、いんげん 玉ねぎ、小松菜 バナナ	塩、こしょう、鶏ガラ、酒、醤油 醤油 黄桃缶、みかん缶	465 kcal 13.3 g 8.1 g
17	木	10時 昼食	牛乳 ごはん 夏野菜カレー 野菜サラダ ミニゼリー おやつ 豆乳、ブラマンジェ	牛乳 胚芽米 豚肉、スキムミルク 油 油、砂糖 寒天、豆乳、生クリーム	胚芽米 油 砂糖、片栗粉	にんにく、玉ねぎ、人参、南瓜、茄子、コーン、トマト トマト、レタス、キャベツ	コンソメ、カレーパウダー 酢、塩 ゼリー ジュース	557 kcal 13.9 g 21.5 g
18	金	10時 昼食	りんごジュース パン 豚肉のケチャップ炒め キャベツの胡麻マヨサラダ コーンスープ チーズポテト おやつ チーズポテト	パン 豚肉 鶏肉 牛乳 チーズ	パン 油 マヨネーズ、胡麻、ごま油 バター、薄力粉 じゃが芋	玉ねぎ、人参、マッシュルーム、ピーマン、コーン キャベツ、人参 コーン、パセリ	ジュース 塩、こしょう、ウスター、ケチャップ 塩 塩 塩	465 kcal 18.2 g 18.3 g
19	土	10時 昼食	野菜&フルーツジュース ごはん ウインナーと野菜の炒め物 ポテトサラダ わかめスープ ホットケーキ おやつ ホットケーキ	胚芽米 ウインナー、鶏卵 わかめ、豆腐 牛乳、鶏卵 HM、油	胚芽米 油、片栗粉 じゃが芋、マヨネーズ ごま油 HM、油	生姜、ピーマン、玉ねぎ、人参、キャベツ 人参、きゅうり、コーン 太ねぎ	ジュース 醤油、塩、こしょう、鶏ガラ 塩 塩、醤油、鶏ガラ	507 kcal 11.0 g 17.8 g
22	火	10時 昼食	牛乳 ごはん さばの味噌煮 豆腐とキャベツのすまし汁 パイン缶 おやつ 青のりポテトフライ	牛乳 胚芽米 さば、味噌、わかめ 豆腐 パイン缶	胚芽米 砂糖 ごぼう キャベツ、青ねぎ	ごぼう キャベツ、青ねぎ	醤油 塩、醤油 パイン缶 塩	500 kcal 16.5 g 21.3 g
23	水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース ごはん 生揚げの炒め物 彩り野菜スープ オレンジ 蒸しパン おやつ 蒸しパン	胚芽米 厚揚げ、豚肉 油、砂糖、片栗粉 じゃが芋 HM、砂糖	胚芽米 油、砂糖、片栗粉 じゃが芋 HM、砂糖	にんにく、玉ねぎ、椎茸、もやし、パプリカ、青ねぎ 人参、玉ねぎ、いんげん オレンジ	ジュース カレー粉、醤油、ケチャップ、コンソメ コンソメ、塩 ココア	411 kcal 9.8 g 8.7 g
24	木	10時 昼食	りんごジュース ごはん 豚肉とピーマンの細切り炒め にらたまご汁 黄桃缶 おやつ ミルクトースト	胚芽米 豚肉 鶏卵 片栗粉 食パン、砂糖、バター	胚芽米 油、じゃが芋、砂糖、片栗粉 片栗粉	ピーマン、パプリカ、たけのこ にら	ジュース 酒、鶏ガラ、塩、醤油 塩、醤油 黄桃缶	420 kcal 11.8 g 10.9 g
25	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース パン 鶏肉のトマトソース煮 コーンサラダ みかん缶 おやつ 若菜にぎり	パン 鶏肉 油、薄力粉、砂糖 マヨネーズ 胚芽米	パン 油、薄力粉、砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ、人参、トマト、ブロッコリー キャベツ、レタス、人参、コーン	ジュース 塩、コンソメ、ケチャップ みかん缶 ふりかけ	481 kcal 15.3 g 14.8 g
26	土	10時 昼食	牛乳 ピピンごはん 中華風ころころスープ みかん缶 おやつ パインゼリー	牛乳 豚肉 胚芽米、砂糖、胡麻 生姜、にんにく、人参、小松菜、コーン 冬瓜、人参、コーン、青ねぎ	胚芽米、砂糖、胡麻 砂糖、片栗粉 砂糖、片栗粉 砂糖、片栗粉	生姜、にんにく、人参、小松菜、コーン 冬瓜、人参、コーン、青ねぎ	酢、醤油、酒 鶏ガラ、塩 みかん缶 ジュース、パイン	424 kcal 14.4 g 11.9 g
28	月	10時 昼食	牛乳 ごはん 麻婆豆腐 はるさめサラダ ミニゼリー おやつ マフィン	牛乳 胚芽米 豚肉、豆腐、味噌 ハム 牛乳	胚芽米 砂糖、片栗粉 春雨、砂糖、ごま油 HM、砂糖、バター	生姜、にんにく、椎茸、人参、太ねぎ きゅうり	鶏ガラ、醤油、オイスターソース 砂糖、醤油、酢 ミニゼリー	557 kcal 14.3 g 16.3 g
29	火	10時 昼食	りんごジュース ごはん 栄養きんぴら 油揚げとキャベツのみそ汁 黄桃缶 おやつ きなこサブレ	胚芽米 豚肉、黒はんぺん 油揚げ、味噌 油揚げ、味噌 きなこ	胚芽米 油、胡麻、砂糖、蒟蒻 油揚げ、味噌 薄力粉、バター、砂糖	ごぼう、人参、ピーマン キャベツ	ジュース 醤油、カレー粉 黄桃缶	487 kcal 11.9 g 16.9 g
30	水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース にらたま丼 中華風和え物 かぼちゃのみそ汁 おやつ アップルパイ風トースト	胚芽米、砂糖、胡麻 豚肉、鶏卵 ハム 油揚げ、味噌、わかめ パン、油	胚芽米、砂糖、胡麻 砂糖、ごま油 油揚げ、味噌、わかめ パン、油	玉ねぎ、にら、人参 キャベツ、きゅうり かぼちゃ、椎茸	ジュース 醤油、みりん、酒 醤油、酢 ジャム、プリン、素	533 kcal 18.4 g 17.6 g
31	木	10時 昼食	りんごジュース 肉味噌スパゲティ トマトとわかめのサラダ 野菜スープ おやつ ふりかけにぎり	胚芽米 豚肉 わかめ、かつお節 砂糖、オリーブ油 胚芽米	胚芽米 スパゲティ、油 砂糖、オリーブ油	生姜、にんにく、玉ねぎ、人参、椎茸、グリーンピース トマト 人参、玉ねぎ、コーン、キャベツ	ジュース 塩、こしょう、ハヤシライス、デミソース、コンソメ 酢、醤油、塩 コンソメ、塩 ふりかけ	437 kcal 13.2 g 9.3 g