



令和7年 12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	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	りんごジュース		胚芽米		ジュース	
			ごはん		砂糖			455 kcal
			煮魚	さわら	砂糖	生姜	醤油、みりん	16.6 g
			五目豆	鶏肉、昆布、さつま揚げ、大豆	油、蒟蒻	ごぼう、人参	醤油	12.3 g
			大根のみそ汁	味噌		大根、人参		
		おやつ	みそポテト	味噌	じゃが芋、油、薄力粉、砂糖		みりん	
2	火	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			ごはん		胚芽米			387 kcal
			れんこんハンバーグ	豚肉	砂糖、片栗粉	蓮根、玉ねぎ、人参	塩、こしょう、醤油	14.5 g
			小松菜の磯和え	のり		小松菜、人参	醤油	11.3 g
			油揚げともやしのみそ汁	味噌、油揚げ		もやし、青ねぎ		
		おやつ	パインゼリー	寒天			ジュース、パイン缶	
3	水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ほうとう風うどん	鶏肉、味噌	うどん	大根、人参、椎茸、南瓜、青ねぎ		387 kcal
			ツナサラダ	ツナ	マヨネーズ	キャベツ、レタス、きゅうり	醤油	11.1 g
			ミニゼリー				ゼリー	9.0 g
		おやつ	梅しそにぎり		胚芽米		ふりかけ	
4	木	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			わかめごはん		胚芽米		ふりかけ	558 kcal
			五目炒り卵	鶏肉、鶏卵	油、砂糖	玉ねぎ、人参、椎茸、青ねぎ	醤油	17.5 g
			いも煮汁	豚肉、味噌	さつま芋	ごぼう、人参、大根、ほうれん草		19.1 g
			りんご			りんご		
		おやつ	スノーボール		HM、砂糖、油、片栗粉	人参		
5	金	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
			パン		パン			473 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	15.3 g
			スパゲティサラダ	ハム	スパゲティ、マヨネーズ	人参、キャベツ、きゅうり		12.6 g
			みかん			みかん		
		おやつ	おかかにぎり	かつお節	胚芽米		醤油	
6	土	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			458 kcal
			豚肉の味噌炒め煮	豚肉、味噌	油、砂糖、片栗粉	玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、しめじ	鶏ガラ、醤油	12.5 g
			すまし汁	豆腐		ほうれん草	塩、醤油	12.6 g
			パイン缶				パイン缶	
		おやつ	コーンマフィン	牛乳	HM、砂糖、バター	コーン		
8	月	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			439 kcal
			魚の野菜あんかけ	たら	片栗粉、油、砂糖	人参、玉ねぎ、椎茸、白菜、もやし	鶏ガラ、醤油、カレー粉	17.5 g
			ひじきサラダ	ひじき、鶏肉	マヨネーズ	人参、きゅうり、コーン		11.7 g
			みかん			みかん		
		おやつ	ピザ風トースト	ツナ、チーズ	食パン	ピーマン、玉ねぎ、コーン	ケチャップ	
9	火	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			ハヤシライス	牛肉	胚芽米、じゃが芋	玉ねぎ、人参、セロリ、グリーンピース	塩、こしょう、コンソメ、ハヤシルー、デミソース	472 kcal
			フレンチサラダ	ハム	オリーブ油、砂糖	キャベツ、きゅうり、コーン	酢、塩	13.8 g
			バナナ			バナナ		14.5 g
		おやつ	りんごゼリー	寒天			ジュース	
10	水	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
			サンマー麺	豚肉、かまぼこ	中華麺、ごま油、片栗粉	人参、もやし、白菜、にんにく、青ねぎ	鶏ガラ、醤油、酒	477 kcal
			ぎょうざのあんバーグ	豚肉、豆腐	片栗粉、ごま油、砂糖	キャベツ、にら、生姜	塩、こしょう、鶏ガラ、酒、醤油	17.1 g
			パイン缶				パイン缶	10.2 g
		おやつ	若菜にぎり		胚芽米		ふりかけ	
11	木	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			ごはん		胚芽米			525 kcal
			すき焼き風煮	牛肉、豆腐	蒟蒻、砂糖	玉ねぎ、人参、白菜、しめじ、太ねぎ、絹さや	醤油	16.5 g
			かぼちゃのみそ汁	味噌、わかめ、油揚げ		かぼちゃ、椎茸		14.9 g
			黄桃缶				黄桃缶	
		おやつ	バナナケーキ	鶏卵、牛乳	HM、砂糖、バター	バナナ		
12	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			パン		パン			465 kcal
			白菜クリームシチュー	牛乳、鶏肉、スキムミルク	バター、薄力粉、油	玉ねぎ、人参、白菜、しめじ	コンソメ、塩	14.1 g
			ブロッコリーのツナサラダ	ツナ	マヨネーズ	ブロッコリー		16.9 g
			りんご			りんご		
		おやつ	ちゅもつば風にぎり	のり	胚芽米、ごま油、ごま	人参、たくあん	塩	
13	土	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
			二色丼	鶏肉、鶏卵	胚芽米、砂糖、油	グリーンピース	醤油、酒	436 kcal
			みそ汁	味噌	麩	大根、人参		15.4 g
			オレンジ			オレンジ		10.2 g
		おやつ	蒸しパン	牛乳	HM			

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		
15	月	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			442 kcal
			赤魚の味噌漬け焼き	赤魚、味噌	砂糖		酒、みりん	16.0 g
			かぼちゃ煮	鶏肉	砂糖、片栗粉	かぼちゃ	醤油	9.8 g
			豆腐とわかめのみそ汁	豆腐、味噌、わかめ				
		おやつ	おからドーナツ	おから、豆乳	HM、砂糖、油			
16	火	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			505 kcal
			ツナと卵の炒り豆腐	ツナ、豆腐、鶏卵	油、砂糖	人参、玉ねぎ、椎茸、青ねぎ	醤油	13.7 g
			ごまあえ		砂糖、胡麻	キャベツ、ほうれん草	醤油	13.2 g
			さつま芋のみそ汁	味噌、わかめ、油揚げ	さつま芋	椎茸		
		おやつ	かりんとう風トースト		食パン、黒糖、バター			
17	水	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			ごはん		胚芽米			536 kcal
			豆腐の中華煮	豆腐、豚肉	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、醤油	15.8 g
			パンサンデー	ハム、鶏卵	春雨、ごま油、砂糖	キャベツ、きゅうり、人参	酢、醤油	13.4 g
			ミニゼリー			りんご	ゼリー	
		おやつ	マーマレードマフィン	牛乳	薄力粉、バター、砂糖		BP、ジャム	
18	木	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			479 kcal
			煮込みおでん	昆布、鶏肉、黒はんぺん、うずらのたまご	じゃが芋、蒟蒻、砂糖	大根	醤油	14.3 g
			野菜のみそ汁	味噌、わかめ		玉ねぎ、人参、キャベツ、小松菜		8.8 g
			りんご			りんご		
		おやつ	きなこラスク	きな粉	食パン、バター、砂糖			
19	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			パン		パン			442 kcal
			マカロニグラタン	鶏肉、牛乳、チーズ	油、マカロニ、バター、薄力粉	玉ねぎ、人参、コーン、パセリ	塩、こしょう、コンソメ	15.0 g
			コロコロスープ	ベーコン		大根、人参、コーン	コンソメ、塩	12.3 g
			みかん			みかん		
		おやつ	プリン	牛乳			プリン素	
20	土	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			ごはん		胚芽米			487 kcal
			八宝菜	豚肉、かまぼこ	油、砂糖、片栗粉	玉ねぎ、人参、椎茸、筍、白菜、ほうれん草	鶏ガラ、醤油、塩	21.0 g
			豆腐の中華スープ	豆腐、わかめ	ごま油	太ねぎ	鶏ガラ、塩、醤油	13.4 g
			パイン缶				パイン缶	
		おやつ	安倍川マカロニ	きな粉	マカロニ、砂糖		塩	
22	月	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			キーマカレー	牛肉、豚肉、スキムミルク	胚芽米	玉ねぎ、人参、トマト、生姜、グリーンピース	カレールー	520 kcal
			ハムサラダ	ハム	油、砂糖	キャベツ、きゅうり、人参	酢	14.9 g
			黄桃缶				黄桃缶	18.5 g
		おやつ	肉まん風蒸しパン	豚肉	HM、砂糖、ごま油、片栗粉	玉ねぎ	鶏ガラ、オイスターソース、醤油	
23	火	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			コーンバターライス		胚芽米、バター	コーン、パセリ	塩	503 kcal
			鶏の照り焼き	鶏肉	砂糖		醤油、酒、みりん	20.5 g
			ポパイサラダ	ツナ	マヨネーズ	ほうれん草、人参、コーン		18.7 g
			オニオンスープ			玉ねぎ、人参	コンソメ、塩	
		おやつ	ジャムサンド		食パン		ジャム	
24	水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			575 kcal
			若鶏のからあげ	鶏肉	油、片栗粉	生姜	酒、醤油	15.7 g
			ブロッコリー			ブロッコリー		21.6 g
			フルーツサラダ	ヨーグルト	マヨネーズ、砂糖	バナナ	パイン缶、みかん缶	
			コンソメスープ	牛乳	バター、薄力粉	コーン、パセリ	コンソメ、塩	
		おやつ	パンナコッタ	牛乳、生クリーム、寒天	砂糖		ジャム	
25	木	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
			パン		パン			484 kcal
			煮込みハンバーグ	牛肉、豚肉、牛乳、鶏卵	パン粉	玉ねぎ、人参、マッシュルーム	塩、こしょう、ケチャップ、コンソメ、ハヤシルー、デミソース	14.2 g
			ほうれん草のスープ			ほうれん草、人参、コーン	塩、コンソメ	19.9 g
			オレンジ			オレンジ		
		おやつ	ココアクッキー		薄力粉、油、砂糖		ココア	
26	金	10時 昼食	牛乳	牛乳				
			ミートスパゲティ	豚肉、スキムミルク	油、スパゲティ	玉ねぎ、人参、椎茸、グリーンピース	コンソメ、塩、ケチャップ	481 kcal
			キャベツとコーンのサラダ		マヨネーズ	キャベツ、コーン、きゅうり	鶏ガラ、塩、醤油	18.1 g
			もやしスープ	ベーコン		人参、もやし、ほうれん草	コンソメ、塩、醤油	15.5 g
		おやつ	しおむすび	昆布	胚芽米		塩	