

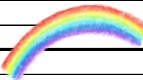


令和7年 11月の給食予定献立表

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	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	土	10時 昼食	野菜&フルーツジュース カレーライス キャベツとコーンのサラダ オレンジ レモン風味ゼリー	豚肉、スキムミルク	胚芽米、油、じゃが芋 マヨネーズ	玉ねぎ、人参 キャベツ、コーン、きゅうり オレンジ レモン	ジュース カレールウ	493 kcal 11.2 g 11.6 g
4	火	10時 昼食	牛乳 さつま芋ごはん 白身魚のおろしソース キャベツとほうれん草のごま和え 豆腐とえのきのみそ汁 フライドポテト	牛乳 赤魚 味噌、わかめ、豆腐	胚芽米、さつま芋、胡麻 油、片栗粉 胡麻、砂糖	生薑、大根 キャベツ、ほうれん草、きゅうり えのき、青ねぎ	塩 酒、醤油、みりん 醤油	496 kcal 17.9 g 18.6 g
5	水	10時 昼食	りんごジュース みそラーメン 切り干し大根のごまマヨサラダ パン おかわにぎり	豚肉、味噌 ツナ	ごま油、中華麺 胡麻、マヨネーズ	人参、キャベツ、もやし、太ねぎ、コーン、生薑、にんにく 大根、きゅうり、人参	ジュース 鶏ガラ、酒 醤油 パン 醤油	509 kcal 13.5 g 18.2 g
6	木	10時 昼食	牛乳 ごはん 栄養きんぴら 油揚げとキャベツのみそ汁 ミニゼリー ツナパン	牛乳 豚肉、黒はんぺん 油揚げ、味噌	胚芽米 油、蒟蒻、胡麻、砂糖	ごぼう、人参、ピーマン キャベツ	醤油、カレー粉 ゼリー	504 kcal 16.8 g 17.4 g
7	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 ほうれん草のスープ りんご のりむすび		パン じゃが芋、砂糖	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、トマト 人参、コーン、ほうれん草 りんご	ジュース 塩、コンソメ、ケチャップ コンソメ、塩	407 kcal 15.2 g 6.8 g
8	土	10時 昼食	りんごジュース 焼肉丼 大根のみそ汁 パン ごまマフィン	豚肉、のり 味噌	胚芽米、砂糖	玉ねぎ、人参 大根、人参	ジュース 酒、醤油 パン	476 kcal 11.7 g 14.0 g
10	月	10時 昼食	りんごジュース ごはん あじのかば焼き風 納豆サラダ 里芋と白菜のみそ汁 どら焼き	あじ 納豆、ツナ、チーズ 味噌	胚芽米 薄力粉、油、胡麻 胡麻、ごま油 里芋	生薑 人参、きゅうり、レタス 人参、白菜、青ねぎ	ジュース 醤油、酒、みりん 酢、醤油	521 kcal 18.5 g 12.8 g
11	火	10時 昼食	野菜&フルーツジュース チキンライス オムレツ 野菜ミルクスープ ミニゼリー クッキー	鶏肉 鶏卵、牛肉、豚肉 牛乳、ベーコン	胚芽米 油、砂糖 油	玉ねぎ、人参 玉ねぎ 玉ねぎ、白菜	ジュース ケチャップ、塩 塩、ケチャップ コンソメ、塩 ゼリー ココア	611 kcal 20.4 g 24.0 g
12	水	10時 昼食	牛乳 カレーうどん ポテトサラダ バナナ 栗むすび	牛乳 豚肉	うどん じゃが芋、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、小松菜 人参、きゅうり、コーン バナナ	カレールウ、醤油 塩	458 kcal 14.9 g 12.2 g
13	木	10時 昼食	野菜&フルーツジュース パン ホワイトシチュー ツナサラダ りんご 五平餅		パン 鶏肉、ベーコン、牛乳 ツナ 砂糖	玉ねぎ、人参、グリーンピース キャベツ、人参、きゅうり、レモン りんご	ジュース ホワイトルウ 酢、塩	498 kcal 13.7 g 13.7 g
14	金	10時 昼食	りんごジュース ごはん 焼きコロッケ キャベツのソテー わかめのみそ汁 きな粉蒸しパン	豚肉 ハム わかめ、味噌	胚芽米 バター、じゃが芋、薄力粉、油 マヨネーズ、塩 お麴	玉ねぎ、人参 キャベツ、コーン 玉ねぎ、青ねぎ	ジュース コンソメ、塩 塩、酢	522 kcal 13.0 g 16.1 g
15	土	10時 昼食	牛乳 ごはん じゃが芋の含め煮 油揚げと野菜の和え物 黄桃缶 フルーチェ	牛乳 鶏肉 油揚げ	胚芽米 油、蒟蒻、じゃが芋、砂糖 砂糖	玉ねぎ、人参 もやし、ほうれん草	醤油 醤油 黄桃缶 フルーチェ	383 kcal 13.2 g 8.5 g

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		
17	月	10時 昼食	牛乳	牛乳			鶏ガラ、醤油、オイスターソース 醤油、酢 みかん缶 ココア	498 kcal 14.1 g 14.2 g
			ごはん		胚芽米			
			麻婆豆腐	豚肉、味噌、豆腐	油、砂糖、片栗粉	生姜、にんにく、椎茸、人参、太ねぎ		
			中華風和え物	ハム	砂糖、ごま油	キャベツ、きゅうり		
			みかん缶					
18	火	10時 昼食	蒸しパン	牛乳	HM		ジュース	423 kcal 13.8 g 8.7 g
			りんごジュース		胚芽米			
			ごはん		胚芽米			
			若鶏の甘辛和え	鶏肉	片栗粉、油、砂糖	生姜		
			小松菜のおひたし	かつお節	砂糖	小松菜、人参		
19	水	10時 昼食	さつま芋のみそ汁	味噌、わかめ	さつま芋	玉ねぎ、青ねぎ	醤油	412 kcal 11.5 g 6.4 g
			ジャムサンド		食パン			
			野菜&フルーツジュース		胚芽米			
			ごはん		胚芽米			
			関東風おでん	豚肉、竹輪、厚揚げ、昆布	じゃが芋、蒟蒻、砂糖	大根		
20	木	10時 昼食	しめじとキャベツのみそ汁	味噌、わかめ		キャベツ、人参、しめじ、青ねぎ	ジュース、ムース素	534 kcal 17.8 g 13.5 g
			りんご			りんご		
			かんぱいゼリー	牛乳、寒天				
			りんごジュース		胚芽米			
			ごはん		胚芽米			
21	金	10時 昼食	鶏ちゃん風みそ炒め	鶏肉、味噌	油	玉ねぎ、人参、キャベツ、もやし、しめじ、にんにく、生姜	醤油、酒、みりん 醤油、酢 醤油	427 kcal 14.5 g 11.7 g
			はるさめサラダ	ハム	春雨、砂糖、ごま油	きゅうり		
			かき玉汁	鶏卵	片栗粉	ほうれん草		
			りんごケーキ	牛乳、鶏卵	HM、砂糖、バター	りんご		
			野菜&フルーツジュース					
22	土	10時 昼食	パン		パン		塩、ケチャップ、ウスター 塩	452 kcal 20.6 g 12.0 g
			ミートローフ	豚肉、鶏卵	パン粉、砂糖	玉ねぎ、人参、コーン、グリーンピース		
			じゃがバター		じゃが芋、バター			
			みかん			みかん		
			菜めしにぎり		胚芽米			
25	火	10時 昼食	牛乳	牛乳			塩、醤油、オイスターソース、鶏ガラ コンソメ、塩、醤油	597 kcal 19.9 g 24.2 g
			ガバオ風ライス	鶏肉、豆乳しんじょ	胚芽米、油、砂糖	玉ねぎ、ピーマン、パプリカ		
			じゃが芋と青菜のスープ	ベーコン	じゃが芋	ほうれん草		
			オレンジ			オレンジ		
			プリン	牛乳				
26	水	10時 昼食	牛乳	牛乳			プリン素	440 kcal 10.7 g 9.3 g
			ごはん		胚芽米			
			さばの塩焼き	さば				
			ひじき煮	ひじき、ツナ、油揚げ	砂糖	玉ねぎ、人参		
			かぼちゃのみそ汁	油揚げ、味噌、わかめ		かぼちゃ、椎茸		
27	木	10時 昼食	豆腐ドーナツ	豆腐、きな粉	HM、砂糖、油		酒、塩 醤油	520 kcal 12.5 g 17.9 g
			りんごジュース					
			ごはん		胚芽米			
			五目旨煮	鶏肉、さつま揚げ	油、蒟蒻、砂糖	人参、ごぼう、椎茸、蓮根、いんげん		
			みそ汁	味噌	お麴	玉ねぎ、人参、小松菜		
28	金	10時 昼食	みかん			みかん	酢	422 kcal 11.2 g 10.2 g
			シュガートースト		パン、バター、砂糖			
			野菜&フルーツジュース					
			スパゲティナポリタン	ハム、チーズ	スパゲティ	玉ねぎ、人参、マッシュルーム、ピーマン		
			コーンサラダ		マヨネーズ	キャベツ、レタス、人参、コーン		
29	土	10時 昼食	ポテトスープ	ベーコン、牛乳	じゃが芋	玉ねぎ、人参	コンソメ、塩 塩、BP、プリン素	508 kcal 19.1 g 17.6 g
			ホットビスケット	牛乳	薄力粉、バター、砂糖			
			りんごジュース					
			パン		パン			
			五目クリーム煮	牛乳、豚肉、スキムミルク	バター、薄力粉、油、じゃが芋	玉ねぎ、人参、ブロッコリー		
		10時 昼食	大根サラダ	ハム	砂糖、油、ごま油	大根、レタス、きゅうり	酢	422 kcal 11.2 g 10.2 g
			りんご			りんご		
			ゆかりにぎり		胚芽米			
			牛乳	牛乳				
			おにくのピラフ	豚肉	胚芽米、バター	玉ねぎ、にんにく、人参、赤ピーマン、コーン、青ねぎ		
		10時 昼食	わかめスープ	わかめ、豆腐	ごま油	太ねぎ	鶏ガラ、塩、醤油 みかん缶 塩	508 kcal 19.1 g 17.6 g
			みかん缶					
			安倍川マカロニ	きな粉	マカロニ、砂糖			