



# 令和8年 1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			
5	月	10時 昼食	野菜＆フルーツジュース					ジュース カレールウ 塩 ゼリー	635 kcal 16.3 g 17.2 g
			ツナコーンカレーライス	ツナ、スキムミルク	胚芽米、油、じゃが芋	玉ねぎ、人参、コーン			
		おやつ	キャベツの胡麻マヨサラダ	鶏肉	マヨネーズ、ごま油、胡麻	キャベツ、人参			
			ミニゼリー お麩ラスク		麩、砂糖、バター				
6	火	10時 昼食	牛乳	牛乳				醤油、みりん レーズン みかん缶 ふりかけ(わかめ)	431 kcal 11.8 g 11.0 g
			きつねうどん	油揚げ	うどん、砂糖	ほうれん草			
		おやつ	かぼちゃサラダ		マヨネーズ	南瓜、きゅうり			
			みかん缶						
7	水	10時 昼食	わかれめにぎり		胚芽米			ジュース 七草きざみ、塩 醤油、酒、みりん ふじっこ、醤油	440 kcal 14.6 g 10.2 g
			りんごジュース						
		おやつ	七草ごはん		胚芽米				
			白身魚のおりし煮	たら	砂糖	大根			
8	木	10時 昼食	野菜の即席漬け			キャベツ、きゅうり、人参		こしょう、醤油 醤油 塩	550 kcal 22.3 g 22.2 g
			豆腐と麸のみそ汁	豆腐、味噌	麸	青ねぎ			
		おやつ	ショートブレット		薄力粉、バター、砂糖				
			牛乳	牛乳					
9	金	10時 昼食	ごはん		胚芽米			ジュース コンソメ、塩 醤油	449 kcal 15.7 g 11.9 g
			挽肉の味噌風味焼き	豚肉、卵、味噌	パン粉、ごま油	玉ねぎ			
		おやつ	青葉のツナ和え	ツナ、かつお節	砂糖	青梗菜、コーン			
			野菜汁		さつま芋	大根、人参、太ねぎ			
10	土	10時 昼食	コロコロ揚げ	高野豆腐、きな粉	砂糖、片栗粉、油			塩 ジュース 醤油 みかん缶	477 kcal 10.2 g 9.8 g
			野菜＆フルーツジュース						
		おやつ	パン		パン				
			豆乳ポトフ	鶏肉、豆乳	油、じゃが芋	玉ねぎ、人参、キャベツ、小松菜			
13	火	10時 昼食	マカロニチーズサラダ	ハム、チーズ	マカロニ、マヨネーズ	キャベツ、きゅうり		ジュー ス 塩 醤油 みかん缶	493 kcal 15.4 g 20.1 g
			みかん			みかん			
		おやつ	しおむすび	昆布	胚芽米				
			りんごジュース						
14	水	10時 昼食	ごはん		胚芽米			ジュー ス 酢、ケチャップ、醤油 鶏ガラ、塩	422 kcal 13.9 g 12.1 g
			酢豚	豚肉	油、砂糖、片栗粉	筍、玉ねぎ、人参、しいたけ、ピーマン			
		おやつ	中華コーンスープ	卵	片栗粉	コーン、人参			
			オレンジ			オレンジ			
15	木	10時 昼食	ミルクトースト	牛乳	パン、砂糖、バター			ジュー ス 鶏ガラ、醤油、塩 黄桃缶 BP、塩、いちごパウダー	417 kcal 14.3 g 13.9 g
			牛乳	牛乳					
		おやつ	五目ラーメン	豚肉、豆乳しんじょ	中華麺、ごま油	人参、筍、白菜、もやし、青ねぎ			
			ポテトサラダ	ハム	じゃが芋、マヨネーズ	きゅうり、人参			
16	金	10時 昼食	黄桃缶					ジュー ス コンソメ、塩、こしょう、ホワイトルウ 酢 ふりかけ(ゆかり)	465 kcal 13.3 g 12.2 g
			芋あんまんじゅう	豆乳	さつま芋、砂糖、薄力粉				
		おやつ	りんごジュース						
			パン		パン				
17	土	10時 昼食	ポテトクリームシチュー	鶏肉、ベーコン、牛乳、スキムミルク	油、じゃが芋、バター	玉ねぎ、人参、グリンピース		ジュー ス 塩、鶏ガラ、酒 黄桃缶	455 kcal 13.1 g 12.4 g
			ハムサラダ	ハム	油、砂糖	キャベツ、きゅうり、人参			
		おやつ	りんご			りんご			
			ゆかりにぎり		胚芽米				
17	土	10時 昼食	野菜＆フルーツジュース					ジュー ス 塩、鶏ガラ、酒 黄桃缶	455 kcal 13.1 g 12.4 g
			ねぎ塩ぶたどん	豚肉	胚芽米、ごま油	玉ねぎ、太ねぎ、えのき、人参、にんにく、青ねぎ			
		おやつ	三色みそ汁	味噌	じゃが芋	人参、小松菜			
			黄桃缶						
		コーン蒸しパン	牛乳、チーズ	HM、砂糖、バター	コーン				

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		
19	月	10時 昼食	牛乳	牛乳			塩、酒、醤油、酢 鶏ガラ、塩 ジュース	427 kcal 15.3 g 14.1 g
			ごはん	胚芽米				
			油淋鶏	鶏肉	ごま油、油、片栗粉	にんにく、生姜、太ねぎ		
			シルバーサラダ	ハム	春雨、胡麻、マヨネーズ、砂糖	きゅうり、人参、コーン		
		おやつ	青梗菜ときのこのスープ		ごま油	青梗菜、しめじ、		
		おやつ	野菜ジュースゼリー	寒天				
20	火	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	459 kcal 10.7 g 9.8 g
			ごはん	胚芽米				
			田舎煮	厚揚げ、昆布、豚肉、味噌	油、里芋、砂糖、ごま油	にんにく、生姜、ごぼう、人参、蒟蒻、椎茸、大根		
			しめじとキャベツのみぞ汁	味噌、わかめ		人参、しめじ、キャベツ、青ねぎ		
		おやつ	黄桃缶					
		おやつ	スコーン	牛乳	HM、バター			
21	水	10時 昼食	野菜 & フルーツジュース				ジュース 醤油 塩、コンソメ ゼリー ジャム	426 kcal 14.0 g 8.3 g
			おかかごはん	かつお節	胚芽米			
			野菜入り卵焼き	卵、ハム	砂糖	ほうれん草、人参		
			さつま芋のみぞ汁	油揚げ、味噌、わかめ	さつま芋	椎茸		
		おやつ	ミニゼリー					
		おやつ	ジャムサンド		パン			
22	木	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	511 kcal 14.9 g 16.1 g
			パン		パン			
			ポークシチュー	豚肉	じゃが芋	玉ねぎ、人参、トマト		
			ミモザサラダ	卵	マヨネーズ	ほうれん草、人参		
		おやつ	りんご			りんご		
		おやつ	菜めしにぎり		胚芽米			
23	金	10時 昼食	野菜 & フルーツジュース				ジュース	348 kcal 12.5 g 7.0 g
			ごはん		胚芽米			
			白身魚のカレー風味	たら	片栗粉、油			
			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	大根のみぞ汁	味噌		大根、人参		
		おやつ	牛乳羹	牛乳、寒天	砂糖			
24	土	10時 昼食	牛乳	牛乳			ジュース	423 kcal 16.2 g 12.2 g
			ごはん		胚芽米			
			豚肉と竹輪の味噌からめ	豚肉、ウインナー、竹輪、味噌	油、じゃが芋、砂糖	人参、蒟蒻		
			豆腐とキャベツのすまし汁	豆腐		キャベツ、青ねぎ		
		おやつ	パイン缶					
		おやつ	フルーチェ	牛乳				
26	月	10時 昼食	野菜 & フルーツジュース				ジュース	509 kcal 12.9 g 13.0 g
			ごはん		胚芽米			
			麻婆豆腐	豆腐、豚肉、味噌	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		
		おやつ	バナナ			バナナ		
		おやつ	マーラーカオ	卵、牛乳	HM、黒砂糖、油、ごま油			
27	火	10時 昼食	牛乳	牛乳			醤油、酒、みりん 塩	409 kcal 14.6 g 10.8 g
			ごはん		胚芽米			
			ちゃんこ鍋	鶏肉、豆腐、味噌		人参、太ねぎ、椎茸、えのき、白菜、蒟蒻、青ねぎ		
			じゃがバター		じゃが芋、バター			
		おやつ	オレンジ			オレンジ		
		おやつ	のりチーズトースト	のり、チーズ	食パン			
28	水	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	424 kcal 13.1 g 8.1 g
			小松菜入りクリームパスタ	牛乳、鶏肉、ベーコン	バター、スパゲティ	玉ねぎ、えのき、しめじ、椎茸、小松菜		
			根菜スープ	鶏肉	オリーブ油、里芋、片栗粉	玉ねぎ、人参、蓮根、ほうれん草		
			バナナ			バナナ		
		おやつ	焼きおにぎり		胚芽米、砂糖、ごま油			
29	木	10時 昼食	野菜 & フルーツジュース				ジュース 塩、醤油 醤油	429 kcal 11.5 g 4.5 g
			しらす干しごはん	しらす干し	胚芽米	人参		
			大根の煮物	鶏肉	砂糖	大根、人参、蒟蒻		
			里芋と白菜のみぞ汁	味噌	里芋	白菜、人参、青ねぎ		
		おやつ	りんご			りんご		
		おやつ	マシュマロおこし		コーンフレーク、砂糖			
30	金	10時 昼食	牛乳	牛乳			マシュマロ	455 kcal 19.6 g 13.5 g
			ごはん		胚芽米			
			チキンカツ	鶏肉	薄力粉、パン粉、油、砂糖			
			キャベツとほうれん草のごま和え		胡麻、砂糖	キャベツ、ほうれん草、きゅうり		
		おやつ	豆腐とえのきのみぞ汁	豆腐、わかめ、味噌		えのき、青ねぎ		
		おやつ	りんごゼリー	寒天				
31	土	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	491 kcal 14.0 g 13.9 g
			ビビンバ風ごはん	豚肉	胚芽米、砂糖、胡麻	生姜、にんにく、人参、もやし、ほうれん草、コーン		
			わかめのスープ	豆腐、わかめ	ごま油	太ねぎ		
			バナナ			バナナ		
		おやつ	マフィン	牛乳	HM、バター、砂糖			