

令和8年 4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	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	水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース					ジュース ふりかけ 塩、酒 醤油 	548 kcal 15.9 g 21.5 g
			ごはん	胚芽米					
			さばの塩焼き	さば					
			大根切干甘煮	豚肉、さつま揚げ	油、砂糖	大根、人参、いんげん			
			豆腐と麩のみそ汁	豆腐、味噌	麩	青ねぎ			
おやつ	人參ケーキ	牛乳	油、HM、砂糖	人参					
2	木	10時 昼食	野菜&フルーツジュース					醤油、みりん	506 kcal 14.2 g 18.4 g
			ごはん	胚芽米					
			五目旨煮	鶏肉、さつま揚げ	油、砂糖	人参、ごぼう、蒟蒻、椎茸、蓮根、いんげん			
			わかめのみそ汁	わかめ	麩	玉ねぎ、青ねぎ			
			オレンジ			オレンジ			
おやつ	パンナコッタ	寒天、牛乳、生クリーム	砂糖						
3	金	10時 昼食	りんごジュース					ジャム(いちご) ジュース	474 kcal 14.1 g 13.2 g
			パン	パン					
			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			
			人参サラダ	ツナ	マカロニ、マヨネーズ	人参、きゅうり			
			りんご			りんご			
おやつ	焼きおにぎり		胚芽米、砂糖						
4	土	10時 昼食	野菜&フルーツジュース					ジュース 塩、こしょう、ハヤシルウ、デミソース 酢、塩 ゼリー ココア	434 kcal 14.1 g 14.8 g
			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			
			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			
			ミニゼリー						
			マーブル蒸しパン	牛乳	HM、砂糖				
おやつ	牛乳	牛乳							
6	月	10時 昼食	ごはん	胚芽米				塩、こしょう 醤油 黄桃缶 野菜ジュース	433 kcal 12.6 g 8.9 g
			魚のフライソース	たら	薄力粉、パン粉、油、マヨネーズ	玉ねぎ、パセリ			
			キャベツのおひたし	ハム、かつお節	砂糖	キャベツ、人参			
			黄桃缶						
			野菜ジュースゼリー	寒天					
おやつ	牛乳	牛乳							
7	火	10時 昼食	野菜&フルーツジュース					ジュース 醤油 黄桃缶 野菜ジュース	456 kcal 10.7 g 10.6 g
			ごはん	胚芽米					
			肉じゃが	豚肉	油、じゃが芋、砂糖	玉ねぎ、人参、蒟蒻、いんげん			
			油揚げとキャベツのみそ汁	味噌、油揚げ		キャベツ、			
			パン缶						
おやつ	シュガートースト		食パン、砂糖、バター						
8	水	10時 昼食	りんごジュース					ジュース ふりかけ 酒、鶏ガラ、塩、醤油 鶏ガラ、塩	463 kcal 12.3 g 12.5 g
			ふりかけごはん	胚芽米					
			豚肉とピーマンの細切り炒め	豚肉	油、じゃが芋、砂糖、片栗粉	筍、ピーマン、パプリカ			
			中華風野菜スープ	卵、わかめ	片栗粉、ごま油	もやし			
			オレンジ			オレンジ			
おやつ	マフィン	牛乳	HM、砂糖、バター						
9	木	10時 昼食	牛乳	牛乳				醤油、みりん	592 kcal 13.3 g 22.9 g
			ごはん	胚芽米					
			五目きんぴら	牛肉	油、砂糖、じゃが芋	生姜、ごぼう、人参、蒟蒻、いんげん			
			しめじとじゃべつのみそ汁	わかめ、味噌		しめじ、人参、キャベツ、青ねぎ			
			ミニゼリー						
おやつ	いちごクッキー		薄力粉、バター、砂糖						
10	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース					ジュース 塩、コンソメ 酢、塩	437 kcal 12.3 g 9.0 g
			パン	パン					
			ホワイトシチュー	ベーコン、鶏肉、牛乳	油、バター、じゃが芋、薄力粉	玉ねぎ、人参、グリーンピース			
			野菜サラダ		砂糖、油	トマト、きゅうり、キャベツ			
			バナナ			バナナ			
おやつ	ふりかけむすび		胚芽米						
11	土	10時 昼食	りんごジュース					ジュース 醤油、鶏ガラ 塩、醤油 パン缶	372 kcal 10.9 g 9.9 g
			ごはん	胚芽米					
			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			
			青菜と豆腐のすまし汁	豆腐		ほうれん草			
			パン缶						
おやつ	お麩ラスク		麩、バター、砂糖、油						
13	月	10時 昼食	牛乳	牛乳				コンソメ、醤油、酒、ケチャップ 醤油、酢 みかん缶 塩	456 kcal 11.7 g 14.4 g
			ごはん	胚芽米					
			麻婆豆腐	豚肉、豆腐、味噌	油、砂糖、片栗粉	生姜、にんにく、椎茸、人参、太ねぎ、青ねぎ			
			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						
おやつ	バターポテト		じゃが芋、バター						
14	火	10時 昼食	りんごジュース					ジュース ケチャップ、コンソメ、塩 コンソメ、塩	423 kcal 14.1 g 8.0 g
			ごはん	胚芽米					
			ミートスパゲティ	豚肉	スパゲティ	玉ねぎ、人参、椎茸、グリーンピース			
			ほうれん草のスープ			ほうれん草、人参、コーン			
			オレンジ			オレンジ			
おやつ	ゆかりにぎり		胚芽米						
15	水	10時 昼食	野菜&フルーツジュース					ジュース カレールウ レモン、塩	451 kcal 12.2 g 9.8 g
			カレーライス	豚肉、スキムミルク	胚芽米、油、じゃが芋	玉ねぎ、人参			
			ツナサラダ	ツナ	砂糖	キャベツ、人参、きゅうり			
			バナナ			バナナ			
			オレンジゼリー	寒天					
おやつ	りんごジュース								
16	木	10時 昼食	ふりかけごはん	胚芽米				ジュース ふりかけ(かつお) 醤油 ふじっこ、醤油	444 kcal 14.3 g 11.0 g
			ツナと卵の炒り豆腐	ツナ、豆腐、卵	油、砂糖	玉ねぎ、人参、椎茸、青ねぎ			
			野菜の即席漬け			キャベツ、人参、きゅうり			
			三色みそ汁	味噌	じゃが芋	人参、小松菜			
			ピザトースト	ツナ、チーズ	食パン	玉ねぎ、ピーマン、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		
17	金	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			パン		パン			402 kcal
			ハンバーグステーキ	合挽肉、卵、牛乳	パン粉、砂糖	玉ねぎ	塩、こしょう、ケチャップ、ウスター	15.5 g
			ハムサラダ	ハム	油、砂糖	キャベツ、きゅうり、人参	酢	9.2 g
	おやつ	10時	彩り野菜スープ		じゃが芋	人参、玉ねぎ、いんげん	コンソメ、塩	
			わかめにぎり		胚芽米		ふりかけ(わかめ)	
			牛乳	牛乳				
			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、赤パプリカ	塩、醤油、オイスターソース、鶏ガラ	374 kcal
18	土	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	17.8 g
			オレンジ			オレンジ		12.0 g
			フルーチェ	牛乳			フルーチェ	
			野菜&フルーツジュース				ジュース	
20	月	10時 昼食	ごはん		胚芽米			390 kcal
			鶏つくね	鶏肉、卵	片栗粉、パン粉、砂糖	青ねぎ、人参	塩、醤油	14.7 g
			油揚げと野菜の和え物	油揚げ	砂糖	もやし、ほうれん草	醤油	8.2 g
			黄桃缶				黄桃缶	
	おやつ	10時	ラスク		食パン、バター、砂糖			
			牛乳	牛乳				
			焼きうどん	豚肉、かつお節、青のり	油、うどん	玉ねぎ、人参、キャベツ、椎茸	塩、こしょう、醤油	423 kcal
			けんちん汁	鶏肉、豆腐	油、里芋	人参、大根、蒟蒻、青ねぎ	塩、醤油	16.1 g
21	火	10時 昼食	バナナ			バナナ		11.5 g
			菜めしにぎり		胚芽米		ふりかけ(菜めし)	
			りんごジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			439 kcal
22	水	10時 昼食	煮魚	さわら	砂糖	生姜	醤油、みりん	16.2 g
			山吹和え	卵	砂糖	ほうれん草、人参	醤油、みりん	13.8 g
			豆腐とわかめのみそ汁	豆腐、わかめ、味噌				
			フライドポテト		じゃが芋、油		塩	
	おやつ	10時	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			464 kcal
			若鶏のから揚げ	鶏肉	片栗粉、油	生姜	酒、醤油	16.1 g
			小松菜のおひたし	かつお節	砂糖	小松菜、人参	醤油	11.1 g
23	木	10時 昼食	大根のみそ汁	味噌		人参、大根		
			きなこ蒸しパン	きなこ、鶏卵、牛乳	砂糖、油、薄力粉		BP	
			牛乳	牛乳				
			パン		パン			491 kcal
24	金	10時 昼食	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	コンソメ、塩、ケチャップ	20.6 g
			ミモザサラダ	卵	マヨネーズ	ほうれん草、人参	塩	16.4 g
			みかん缶				みかん缶	
			おかかチーズにぎり	かつお節、チーズ	胚芽米、砂糖		醤油	
	おやつ	10時	りんごジュース				ジュース	
			ごはん		胚芽米			511 kcal
			豚の生姜焼き	豚肉、厚揚げ	砂糖	玉ねぎ、生姜	醤油、酒	14.2 g
			もやしの胡麻和え		ごま、砂糖	もやし、きゅうり	醤油	15.5 g
25	土	10時 昼食	さつまいものみそ汁	わかめ、味噌	さつまい	玉ねぎ、青ねぎ		
			ホットケーキ	牛乳、卵	HM			
			牛乳	牛乳				
			ごはん		胚芽米			488.0 g
27	月	10時 昼食	鶏の照り焼き	鶏肉	砂糖		醤油、酒、みりん	23.5 g
			いためビーフン	豚肉、なると	ビーフン	玉ねぎ、キャベツ、人参、椎茸、ピーマン	鶏ガラ、塩、こしょう、醤油	14.7 g
			油揚げと青菜のみそ汁	油揚げ、味噌、わかめ		小松菜		
			ジャムサンド		食パン		ジャム(いちご)	
	おやつ	10時	野菜&フルーツジュース				ジュース	
			焼きそば	豚肉、青のり、かつお節	油、中華麺	玉ねぎ、人参、キャベツ、もやし	ウスターソース、中濃ソース	458 kcal
			ワンタンスープ	豚肉	ごま油、しゅうまい皮	青梗菜、もやし、太ねぎ、椎茸	醤油、塩、こしょう、鶏ガラ	12.0 g
			バナナ			バナナ		10.5 g
28	火	10時 昼食	しおむすび	昆布	胚芽米		塩	
			牛乳	牛乳				
			ふりかけごはん		胚芽米		ふりかけ(おかか)	543 kcal
			五目炒り卵	鶏肉、卵	油、砂糖	玉ねぎ、人参、椎茸、青ねぎ	醤油	17.6 g
30	木	10時 昼食	いも煮汁	豚肉、味噌	さつまい	ごぼう、人参、大根、ほうれん草		19.5 g
			ミニゼリー				ゼリー	
			塩サブレ		薄力粉、バター、砂糖		塩	