

キッズ	昼食	3色食品群			3色食品群以外の使用食材	1～2歳児			
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー	アレルギー	アレルギー
1	火	ご飯 ハヤシライス ブロッコリーとたまごのサラダ みかん	ご飯・マヨネーズ・じゃが芋・砂糖・油	豚肉・牛乳・玉子	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・みかん	ハヤシルウ・水・精製塩	360 kcal 13.7 g 11.2 g 51.7 g 0.9 g	乳・卵・小麦 ※14	
2	水	鉄分強化！ふりかけご飯 助祭タラの竜田揚げ ささみともやしのごまナムル みそ汁(玉子・小松菜) フルーツ(バナナ)	ごま・ごま油・ご飯・砂糖・片栗粉・油	スケウタラ・玉子・鶏肉・味噌	バナナ・もやし・小松菜・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	272 kcal 12.6 g 7.2 g 40.7 g 0.7 g	卵・小麦 ※18・※63	
3	木	ツナときのこの混ぜご飯 和風ハンバーグ 白菜の和え物 みそ汁(インゲン・油揚げ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・パン粉・砂糖・油	ツナフレック缶・豆乳・豚肉・味噌・油揚げ	インゲン・しめじ・玉ねぎ・人参・白菜	こしょう・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	319 kcal 11.8 g 12.3 g 43.4 g 0.8 g	小麦	
4	金	ご飯 カラスカレイのみそパン粉焼き 鶏肉と大根のおかか煮 すまし汁(焼ふ・玉ねぎ) フルーツ(バナナ)	ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	カラスカレイ・花かつお・鶏肉・味噌	チンゲン菜・バナナ・玉ねぎ・大根	みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩	295 kcal 10.0 g 9.2 g 45.2 g 0.8 g	小麦	
7	月	ほうとう風うどん 白菜と玉子とえ フルーツ(オレンジ)	うどん・マヨネーズ・砂糖・片栗粉	玉子・豚肉・味噌・油揚げ	オレンジ・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・白菜	酒・出し汁・精製塩	264 kcal 11.7 g 9.2 g 34.5 g 0.9 g	卵・小麦 ※174	
8	火	●さつま芋のコロコロおにぎり 鶏のから揚げ マカロニサラダ フルーツ(りんご)	ごま・ごま油・ご飯・さつま芋・マカロニ・ミネラル・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	鶏肉	キャベツ・にんにく・りんご・小松菜・人参・生姜	みりん風調味料・酒・醤油・精製塩	326 kcal 9.2 g 10.1 g 51.8 g 0.3 g	小麦 ※63	
9	水	ご飯 玉子と豚肉のバター炒め ひじきの煮物 スープ(かぼちゃ・ごぼう)	ご飯・バター・砂糖	玉子・豚肉・油揚げ	かぼちゃ・コーン・ごぼう・ひじき・玉ねぎ・人参	こしょう・コンソメ・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	286 kcal 11.3 g 9.5 g 42.1 g 1.0 g	乳・卵・小麦	
10	木	運動会							
11	金	ご飯 チキンカレー だいこんのたまごサラダ もも	ご飯・マヨネーズ・じゃが芋・砂糖・油	鶏肉・牛乳・玉子	たまねぎ・にんじん・大根・もも	カレールウ・水・精製塩	395 kcal 12.4 g 12.3 g 63.6 g 1.4 g	小麦	
14	月	祝い							
15	火	ご飯 豆腐と豚肉のとろみ煮 キャベツとブロッコリーのサラダ みそ汁(じゃが芋・ワカメ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油	豆腐・豚肉・味噌	キャベツ・ブロッコリー・ワカメ・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	282 kcal 10.8 g 8.0 g 44.3 g 0.8 g	小麦	
年齢		給与栄養目標量		当月平均給与栄養量					
		エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分		エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g		
3～5歳		390/16.1/10.8/57.0/1.1未満		392	15.3	12.3	58.2		
1～2歳		285/11.8/7.9/41.7/0.8未満		294	11.5	9.2	43.6		

キッズ	昼食	3色食品群			3色食品群以外の使用食材	1～2歳児			
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー	アレルギー	アレルギー
16	水	シチュー ブロッコリーとたまごのサラダ みかん	ご飯・マヨネーズ・じゃが芋・砂糖・油	鶏肉・牛乳・玉子	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・みかん	シチュールウ・水・精製塩	411 kcal 15.4 g 11.9 g 62.2 g 1.0 g	卵・小麦	
17	木	ツナときのこの混ぜご飯 和風ハンバーグ 白菜の和え物 みそ汁(インゲン・油揚げ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・パン粉・砂糖・油	ツナフレック缶・豆乳・豚肉・味噌・油揚げ	インゲン・しめじ・玉ねぎ・人参・白菜	こしょう・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	319 kcal 11.8 g 12.3 g 43.4 g 0.8 g	小麦	
18	金	ご飯 カラスカレイのみそパン粉焼き 鶏肉と大根のおかか煮 すまし汁(焼ふ・玉ねぎ) フルーツ(バナナ)	ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	カラスカレイ・花かつお・鶏肉・味噌	チンゲン菜・バナナ・玉ねぎ・大根	みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩	295 kcal 10.0 g 9.2 g 45.2 g 0.8 g	小麦	
21	月	ほうとう風うどん 白菜と玉子とえ フルーツ(オレンジ)	うどん・マヨネーズ・砂糖・片栗粉	玉子・豚肉・味噌・油揚げ	オレンジ・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・白菜	酒・出し汁・精製塩	264 kcal 11.7 g 9.2 g 34.5 g 0.9 g	卵・小麦 ※174	
22	火	イベント献立 ●鶏肉の治部煮(石川県) さつま芋のごまがらめ すまし汁(ソーメン・キャベツ) フルーツ(りんご)	ごま・ご飯・さつま芋・ソーメン・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	鶏肉	キャベツ・りんご・玉ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	323 kcal 9.5 g 6.8 g 59.3 g 0.7 g	小麦 ※174・※63	
23	水	ご飯 玉子と豚肉のバター炒め ひじきの煮物 スープ(かぼちゃ・ごぼう)	ご飯・バター・砂糖	玉子・豚肉・油揚げ	かぼちゃ・コーン・ごぼう・ひじき・玉ねぎ・人参	こしょう・コンソメ・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	286 kcal 11.3 g 9.5 g 42.1 g 1.0 g	乳・卵・小麦	
24	木	ご飯 ビーフシチュー キャベツのたまごサラダ もも	ご飯・マヨネーズ・じゃが芋・砂糖・油	牛肉・豚肉・牛乳・玉子	たまねぎ・にんじん・キャベツ・もも	ビーフシチュールウ・水・精製塩	395 kcal 12.3 g 12.3 g 63.8 g 1.4 g	乳・小麦	
25	金	鉄分強化！ふりかけごはん 白糸タラのおかか焼き 豚肉と豆腐の煮物 みそ汁(大根・油揚げ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・片栗粉・油	シロイタダ・花かつお・豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・オレンジ・グリーンピース・玉ねぎ・人参・大根	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	295 kcal 14.3 g 8.1 g 42.8 g 0.8 g	小麦 ※18・※201	
28	月	ご飯 鮭の照り焼き 切干大根煮 鶏汁(鶏肉・小松菜・焼ふ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	鶏肉・鮭・味噌	オレンジ・コーン・パプリカ赤・玉ねぎ・小松菜・人参・切干大根	みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	285 kcal 12.1 g 8.1 g 44.1 g 0.7 g	小麦	
29	火	ご飯 豆腐と豚肉のとろみ煮 キャベツとトマトのサラダ みそ汁(じゃが芋・ワカメ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油	豆腐・豚肉・味噌	キャベツ・トマト・ワカメ・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	281 kcal 10.6 g 8.0 g 44.3 g 0.8 g	小麦	
30	水	鉄分強化！ふりかけご飯 助祭タラの竜田揚げ ささみともやしのごまナムル みそ汁(玉子・小松菜) フルーツ(バナナ)	ごま・ごま油・ご飯・砂糖・片栗粉・油	スケウタラ・玉子・鶏肉・味噌	バナナ・もやし・小松菜・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	272 kcal 12.6 g 7.2 g 40.7 g 0.7 g	卵・小麦 ※18・※63	
31	木	イベント献立 ●ハロウィンライス 和風ハンバーグ 白菜の和え物 みそ汁(インゲン・油揚げ)	ご飯・じゃが芋・パン粉・砂糖・油	ツナフレック缶・豆乳・豚肉・味噌・油揚げ	インゲン・きゅうり・しめじ・パセリ・玉ねぎ・人参・白菜	ケチャップ・こしょう・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	326 kcal 11.8 g 12.7 g 44.6 g 0.9 g	小麦	

※3色食品群は食品に含まれる栄養素を見た目で分かりやすくする為の目安です。3色食品群に分類されない食材は、「3色食品群以外の使用食材」に記載しております。
 ※調味料のアレルギー表示は弊社でお届けしたものに限り、またアレルギーの詳細は「予定献立表」でご確認ください。
 ※都合により、献立を変更する場合がございます。
 ※18 本製品で使用している海苔は、えび・かにの生息域で採取しています。
 ※60 本工場では小麦・乳を使用しております。
 ※63 本品製造工場では小麦を含む製品を生産しております。
 ※174 本品生産工場では、そば、卵を含む製品を製造しています。
 ※201 原材料のあおさは、えび、かにが生息する水域で採取しています。

タイハイ(株)
 広報サポーター
 林家たい平師匠

Happy Halloween!
 たのしそうですね～

