



キッズ	昼食	3色食品群				3～5歳児				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	3色食品群以外の使用食材	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・豆(ひ・か))	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・豆(ひ・か))	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・豆(ひ・か))			
2	月	年始休園												
3	火	年始休園												
4	水		お弁当											
5	木	ご飯 カレー 白菜とわかめの中華和え フルーツ(みかん)	ご飯・じゃがいも・小麦粉	豚肉・ウィンナー・牛乳	玉ねぎ・人参・ブロッコリー・白菜・みかん	カレールー	391 kcal	乳・小麦	323 kcal	乳・小麦				
6	金	ご飯 高野豆腐の肉野菜あんかけ 野菜の玉子炒め みそ汁	ご飯・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	ワカメ・玉子・高野豆腐・豚肉・味噌	インゲン・玉ねぎ・人参・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・中華味	409 kcal	卵・小麦	307 kcal	卵・小麦				
9	月	成人の日												
10	火	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの和風焼き 切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦粉・油	スケソウタラ・ワカメ・豚肉・味噌	オレンジ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・切干大根	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	353 kcal	小麦 ※18	265 kcal	小麦 ※18				
11	水	ご飯 玉子と野菜のオイスター炒め スパゲッティサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・スパゲッティ・マヨネーズ・砂糖	ソナフレック缶・玉子・鶏肉・味噌	きゅうり・ごぼう・玉ねぎ・人参・長ねぎ	オイスターソースP・出し汁・醤油・精製塩	416 kcal	卵・小麦	312 kcal	卵・小麦				
12	木	●れんごんの炊き込みおにぎり 白米タラのケチャマヨ焼き さつまいものきんぴら フルーツ(みかん)	ご飯・さつまいも・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油	シロイトタラ・豚肉	キャベツ・ピーマン・みかん・れんこん・玉ねぎ・人参	ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	378 kcal	卵・小麦	284 kcal	卵・小麦				
13	金	納豆ごはん ポテトコロッケ 白菜とコーンのサラダ みそ汁	ご飯・じゃが芋・パン粉・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	鶏肉・納豆・味噌	コーン・ごぼう・玉ねぎ・人参・白菜	ウスターソース・こしょう・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	470 kcal	小麦	353 kcal	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	塩分g							
3～5歳	390/16.1/10.8/57.0/1.1未満		394	14.5	11.9	59.4	1.0							
1～2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満		295	10.9	9.0	44.5	0.8							



キッズ	昼食	3色食品群				3～5歳児				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	3色食品群以外の使用食材	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・豆(ひ・か))	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・豆(ひ・か))	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・豆(ひ・か))			
16	月	鉄分強化！ふりかけごはん 白米タラのごま揚げ 小松菜のサラダ みそ汁 フルーツ(パイン缶)	ごま・ご飯・砂糖・片栗粉・油	シロイトタラ・味噌	インゲン・かぼちゃ・パインナップル缶・小松菜・長ねぎ	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	348 kcal	小麦 ※18	261 kcal	小麦 ※18				
17	火	ご飯 鶏肉の豆乳クリームシチュー 白菜のコーンサラダ フルーツ(りんご)	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	鶏肉・豆乳	グリーンピース・コーン・りんご・玉ねぎ・人参・白菜	ハウス クリームシチューミックス・酢・水・精製塩	397 kcal	乳・小麦	298 kcal	乳・小麦				
18	水	ご飯 カラスカレイのパン粉焼き 鶏肉と大根のどろみ煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	ご飯・バター・パン粉・マヨネーズ・小麦粉・片栗粉・油	カラスカレイ・鶏肉・味噌	しめじ・なす・パセリ・バナナ・玉ねぎ・人参・大根	みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	394 kcal	乳・卵・小麦	296 kcal	乳・卵・小麦				
19	木	ご飯 鶏ささみと野菜のおかか炒め ごぼうとコーンのサラダ すまし汁	ご飯・ソーメン・マヨネーズ・砂糖・片栗粉・油	花かつお・鶏肉	キャベツ・コーン・ごぼう・ピーマン・玉ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	345 kcal	卵・小麦 ※14	259 kcal	卵・小麦 ※14				
20	金	ご飯 厚揚げの肉野菜あんかけ 野菜の玉子炒め みそ汁	ご飯・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	ワカメ・玉子・厚揚げ・豚肉・味噌	玉ねぎ・人参・水菜・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・中華味	425 kcal	卵・小麦	319 kcal	卵・小麦				
23	月	ご飯 カレー 白菜とちくわの中華和え フルーツ(みかん)	ご飯・じゃがいも・小麦粉	豚肉・ちくわ・牛乳	玉ねぎ・人参・ブロッコリー・白菜・みかん	カレールー	391 kcal	乳・小麦	323 kcal	乳・小麦				
24	火	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの和風焼き 切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦粉・油	スケソウタラ・ワカメ・豚肉・味噌	オレンジ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・切干大根	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	353 kcal	小麦 ※18	265 kcal	小麦 ※18				
25	水	ご飯 玉子と野菜のオイスター炒め スパゲッティサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・スパゲッティ・マヨネーズ・砂糖	ソナフレック缶・玉子・鶏肉・味噌	きゅうり・ごぼう・玉ねぎ・人参・長ねぎ	オイスターソースP・出し汁・醤油・精製塩	416 kcal	卵・小麦	312 kcal	卵・小麦				
26	木	●雪だるまライス 白米タラのケチャマヨ焼き さつまいものきんぴら フルーツ(みかん)	ご飯・さつまいも・バター・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油	ウィンナー・シロイトタラ・チーズ	キャベツ・ピーマン・みかん・レーズン・玉ねぎ・人参	ケチャップ・コンソメ・みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	419 kcal	乳・卵・小麦 ※46	314 kcal	乳・卵・小麦 ※46				
27	金	納豆ごはん ポテトコロッケ 白菜とコーンのサラダ みそ汁	ご飯・じゃが芋・パン粉・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	鶏肉・納豆・味噌	コーン・ごぼう・玉ねぎ・人参・白菜	ウスターソース・こしょう・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	470 kcal	小麦	353 kcal	小麦				
30	月	鉄分強化！ふりかけごはん 白米タラのごま揚げ 小松菜のサラダ みそ汁 フルーツ(パイン缶)	ごま・ご飯・砂糖・片栗粉・油	シロイトタラ・味噌	インゲン・かぼちゃ・パインナップル缶・小松菜・長ねぎ	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	348 kcal	小麦 ※18	261 kcal	小麦 ※18				
31	火	ご飯 鶏肉の豆乳クリームシチュー 白菜のコーンサラダ フルーツ(りんご)	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	鶏肉・豆乳	グリーンピース・コーン・りんご・玉ねぎ・人参・白菜	ハウス クリームシチューミックス・酢・水・精製塩	397 kcal	乳・小麦	298 kcal	乳・小麦				

※3色食品群は食品中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です。またアレルギーの詳細は「予定献立表」でご確認下さい。
 ※都合により、献立を変更する場合がございます。
 ※14 この商品は「そば・卵」を含む製品と同じ施設で製造しておりますが、混入を最小限に抑えるように十分に配慮して生産されております。
 ※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。
 ※46 本商品製造工場では、小麦、乳、卵、えび、落花生を含む製品を製造しています。
 ※60 本工場では小麦・乳を使用しております。