

キッズ	風食	2月	3色食品群			3色食品群以外の使用食材		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	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・そば・そば・えび・かき)	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・そば・そば・えび・かき)			
1	水	ご飯 麻婆豆腐 かぼちゃのマヨ和え 中華スープ	ごま油・ご飯・マヨネーズ・砂糖・片栗粉	豆腐・豚肉・味噌	かぼちゃ・きゅうり・玉ねぎ・人参・生姜・長ねぎ	酒・醤油・水・精製塩・中華味	390 15.3 13.3 56.1 0.9	kcal g g g g	卵・小麦	293 11.5 10.0 42.1 0.7	kcal g g g g	卵・小麦
2	木	ご飯 助宗タラのチーズ焼き 野菜の玉子とじ煮 みそ汁 ヨーグルト	ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・焼酎・油	スケソウタラ・チーズ・ヨーグルト・玉子・味噌・油揚げ	グリーンピース・パセリ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	ごしょう・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	437 18.1 17.8 54.5 1.0	kcal g g g g	乳・卵・小麦	328 13.6 13.4 40.9 0.8	kcal g g g g	乳・卵・小麦
3	金	●赤おにぎり 豚肉と野菜のコンソメ煮 もやしと白菜の中華和え	ごま油・ご飯・スパゲッティ・バター・砂糖・油	ウィンナー・豚肉	かぶ・きゅうり・もやし・レズン・玉ねぎ・小松菜・人参・白菜	ウスターソース・ケチャップ・コンソメ・酒・醤油・酢・水・精製塩	415 13.8 12.6 62.0 1.2	kcal g g g g	乳・卵・小麦 ※46	311 10.4 9.5 46.5 0.9	kcal g g g g	乳・卵・小麦 ※46
6	月	●ポークカレーライス 小松菜と玉子のごまサラダ フルーツ (いよかん)	ごま・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	牛乳・玉子・豚肉	いよかん・玉ねぎ・小松菜・人参	ケチャップ・とろけるカレー 甘口・酒・醤油・酢・水	432 15.7 14.6 63.2 1.5	kcal g g g g	乳・卵・小麦	324 11.8 11.0 47.4 1.1	kcal g g g g	乳・卵・小麦
7	火	鉄分強化! ふりかけご飯 白糸タラのバター醤油焼き 鶏ささみと白菜のサラダ みそ汁 フルーツ (りんご)	ご飯・バター・砂糖・小麦粉・油	シロイトタラ・玉子・鶏肉・味噌	かぼちゃ・りんご・玉ねぎ・人参・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	351 15.8 7.1 59.1 0.9	kcal g g g g	乳・卵・小麦 ※18	263 11.9 5.3 44.3 0.7	kcal g g g g	乳・卵・小麦 ※18
8	水	スパゲッティミートソース ポテトサラダ スープ	じゃが芋・スパゲッティ・バター・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油	豚肉	きゅうり・ごぼう・パセリ・もやし・玉ねぎ・人参	ウスターソース・ケチャップ・コンソメ・酒・水・精製塩	364 14.3 13.2 48.9 1.4	kcal g g g g	乳・卵・小麦	273 10.7 9.9 36.7 1.1	kcal g g g g	乳・卵・小麦
9	木	ご飯 鮭の揚げ煮 キャベツと油揚げの中華和え みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・油	ヨーグルト・玉子・鮭・味噌・油揚げ	キャベツ・人参・長ねぎ	みりん風調味料・出し汁・醤油・水	392 16.0 13.6 54.1 0.9	kcal g g g g	乳・卵・小麦	294 12.0 10.2 40.6 0.7	kcal g g g g	乳・卵・小麦
10	金	たまごチャーハン ツナ大根サラダ スープ	ごま油・ご飯・砂糖・油	ツナフレーク缶・玉子・鶏肉	グリーンピース・コーン・しめじ・玉ねぎ・人参・大根	ごしょう・醤油・酢・水・精製塩・中華味	346 11.6 11.9 49.1 1.2	kcal g g g g	卵・小麦	260 8.7 8.9 36.8 0.9	kcal g g g g	卵・小麦
13	月	鉄分強化! ふりかけご飯 鶏肉と野菜の味噌炒め キャベツのツナ煮 すまし汁	ご飯・砂糖・油	ツナフレーク缶・ワカメ・玉子・鶏肉・味噌	キヌサヤ・キャベツ・玉ねぎ・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	372 14.4 12.4 51.6 1.3	kcal g g g g	卵・小麦 ※18	279 10.8 9.3 38.7 1.0	kcal g g g g	卵・小麦 ※18
14	火	●ハートの玉子焼き じゃが芋と豚肉のとろみ煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ご飯・じゃが芋・花ふ・砂糖・片栗粉・油	牛乳・玉子・豚肉・味噌	オレンジ・グリーンピース・コーン・ごぼう・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	414 16.1 13.0 61.4 1.1	kcal g g g g	乳・卵・小麦	311 12.1 9.8 46.1 0.8	kcal g g g g	乳・卵・小麦
15	水	ご飯 麻婆豆腐 かぼちゃのマヨ和え 中華スープ	ごま油・ご飯・マヨネーズ・砂糖・片栗粉	豆腐・豚肉・味噌	かぼちゃ・きゅうり・玉ねぎ・人参・生姜・長ねぎ	酒・醤油・水・精製塩・中華味	390 15.3 13.3 56.1 0.9	kcal g g g g	卵・小麦	293 11.5 10.0 42.1 0.7	kcal g g g g	卵・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/kcal	たんぱく質/g	脂質/g	炭水化物/g	塩分/g					
3〜5歳			390	14.8	12.8	56.7	1.1					
1〜2歳			285	11.1	9.6	42.5	0.8					

キッズ	風食	3色食品群	3色食品群以外の使用食材			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	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・そば・そば・えび・かき)	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・そば・そば・えび・かき)			
16	木	ご飯 助宗タラのチーズ焼き 野菜の玉子とじ煮 みそ汁 ヨーグルト	ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・焼酎・油	スケソウタラ・チーズ・ヨーグルト・玉子・味噌・油揚げ	グリーンピース・パセリ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	ごしょう・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	437 18.1 17.8 54.5 1.0	kcal g g g g	乳・卵・小麦	328 13.6 13.4 40.9 0.8	kcal g g g g	乳・卵・小麦
17	金	カレー風味ピラフ 豚肉と野菜のコンソメ煮 もやしと白菜の中華和え みそ汁	ごま油・ご飯・バター・砂糖・油	ウィンナー・玉子・豚肉・味噌	えのき豆・かぶ・ピーマン・もやし・玉ねぎ・小松菜・人参・白菜	カレーパウダー・コンソメ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	350 13.6 11.3 49.5 1.3	kcal g g g g	乳・卵・小麦	263 10.2 8.5 37.1 1.0	kcal g g g g	乳・卵・小麦
20	月	●ポークカレーライス 小松菜と玉子のごまサラダ フルーツ (いよかん)	ごま・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	牛乳・玉子・豚肉	いよかん・玉ねぎ・小松菜・人参	ケチャップ・とろけるカレー 甘口・酒・醤油・酢・水	432 15.7 14.6 63.2 1.5	kcal g g g g	乳・卵・小麦	324 11.8 11.0 47.4 1.1	kcal g g g g	乳・卵・小麦
21	火	鉄分強化! ふりかけご飯 白糸タラのバター醤油焼き 鶏ささみと白菜のサラダ みそ汁 フルーツ (りんご)	ご飯・バター・砂糖・小麦粉・油	シロイトタラ・玉子・鶏肉・味噌	かぼちゃ・りんご・玉ねぎ・人参・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	351 15.8 7.1 59.1 0.9	kcal g g g g	乳・卵・小麦 ※18	263 11.9 5.3 44.3 0.7	kcal g g g g	乳・卵・小麦 ※18
22	水	スパゲッティミートソース ポテトサラダ スープ	じゃが芋・スパゲッティ・バター・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油	豚肉	きゅうり・ごぼう・パセリ・もやし・玉ねぎ・人参	ウスターソース・ケチャップ・コンソメ・酒・水・精製塩	364 14.3 13.2 48.9 1.4	kcal g g g g	乳・卵・小麦	273 10.7 9.9 36.7 1.1	kcal g g g g	乳・卵・小麦
24	金	たまごチャーハン ツナ大根サラダ スープ	ごま油・ご飯・砂糖・油	ツナフレーク缶・玉子・鶏肉	グリーンピース・コーン・しめじ・玉ねぎ・人参・大根	ごしょう・醤油・酢・水・精製塩・中華味	346 11.6 11.9 49.1 1.2	kcal g g g g	卵・小麦	260 8.7 8.9 36.8 0.9	kcal g g g g	卵・小麦
27	月	鉄分強化! ふりかけご飯 鶏肉と野菜の味噌炒め キャベツのツナ煮 すまし汁	ご飯・砂糖・油	ツナフレーク缶・ワカメ・玉子・鶏肉・味噌	キヌサヤ・キャベツ・玉ねぎ・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	372 14.4 12.4 51.6 1.3	kcal g g g g	卵・小麦 ※18	279 10.8 9.3 38.7 1.0	kcal g g g g	卵・小麦 ※18
28	火	ご飯 コーン入り厚焼玉子 じゃが芋と豚肉のとろみ煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ご飯・じゃが芋・花ふ・砂糖・片栗粉・油	牛乳・玉子・豚肉・味噌	オレンジ・グリーンピース・コーン・ごぼう・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	414 16.1 13.0 61.4 1.1	kcal g g g g	乳・卵・小麦	311 12.1 9.8 46.1 0.8	kcal g g g g	乳・卵・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。
 ※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。

