

キッズ	昼食	3色食品群			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・そばを含むものに注意)	
2	月	助宗タラの玉子とじ井 白菜と鶏肉のおかか炒め みそ汁(じゃが芋・ごぼう)	ご飯・じゃが芋・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	スケソウタラ・花かつお・玉子・鶏肉・味噌	ごぼう・玉ねぎ・人参・青ねぎ・白菜	酒・出し汁・醤油・水	304 kcal 14.4 g 7.7 g 46.8 g 0.9 g	卵・小麦
3	火	お稲荷さん風ごはん 豚肉とキャベツのごま煮 みそ汁(大根・長ねぎ) フルーツ(りんご)	ごま・ご飯・砂糖・油	玉子・豚肉・味噌・油揚げ	キヌサヤ・キャベツ・りんご・玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	304 kcal 12.0 g 11.9 g 40.8 g 0.8 g	卵・小麦 ※63
4	水	鶏肉の玉子とじうどん さつま芋の甘辛炒め フルーツ(バナナ)	うどん・さつま芋・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	玉子・鶏肉	バナナ・小松菜・人参・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	286 kcal 10.1 g 8.5 g 42.2 g 0.8 g	卵・小麦 ※174
5	木	鉄分強化！ふりかけごはん カラスカレイのきのこあんかけ 炒りおから みそ汁(焼ふ・ワカメ) ヨーグルト	ご飯・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	おから・カラスカレイ・ヨーグルト・豚肉・味噌	しめじ・ワカメ・玉ねぎ・人参・水菜	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	302 kcal 11.6 g 9.5 g 46.4 g 0.9 g	乳成分・小麦 ※18・※190
6	金	ハヤシライス ブロッコリーのたまごサラダ フルーツ(バナナ)	ご飯・マヨネーズ じゃがいも・砂糖・油	豚肉・牛乳・玉子	たまねぎ・人参 ブロッコリー・バナナ	ハヤシルウ・水 精製塩	411 kcal 15.4 g 11.9 g 62.2 g 1.0 g	乳成分・卵・小麦
9	月	スパゲティナポリタン ツナと玉子サラダ スープ(人参・大根)	スパゲティ・バター・砂糖・油	ツナフレーク缶・玉子・豚肉	ピーマン・ブロッコリー・玉ねぎ・人参・大根	ウスターソース・ケチャップ・コンソメ・酒・醤油・酢・水・精製塩	266 kcal 12.5 g 11.3 g 30.1 g 1.1 g	乳成分・卵・小麦
10	火	中華丼 味噌汁(豆腐・油揚げ・万能ねぎ) フルーツ(バナナ)	ご飯・ごま油・片栗粉	豚肉・豆腐・油揚げ・味噌	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・もやし・干し椎茸・万能ねぎ・バナナ	醤油・昆布・鶏がらスープの素・水	317 kcal 12.0 g 9.1 g 44.6 g 0.2 g	乳成分・小麦・大豆
11	水	ご飯 鮭のみそ焼き 豆腐と大根の煮物 すまし汁(焼ふ・もやし) フルーツ(バナナ)	ご飯・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	鮭・豆腐・味噌	バナナ・もやし・人参・大根・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	262 kcal 12.4 g 5.5 g 42.2 g 0.7 g	小麦
12	木	ご飯 鶏肉のチーズピカタ マカロニとトマトのごま和え スープ(ごぼう・玉ねぎ)	ごま・ご飯・マカロニミックス・砂糖・小麦粉・油	チーズ・玉子・鶏肉	ごぼう・チンゲン菜・トマト・玉ねぎ・人参	コンソメ・出し汁・醤油・水・精製塩	296 kcal 11.9 g 9.5 g 42.8 g 1.1 g	乳成分・卵・小麦 ※63
13	金	●ホワイトデー☆クリームライス かぼちゃサラダ フルーツ(りんご)	ご飯・バター・砂糖・油	牛乳・豚肉	かぼちゃ・キャベツ・グリーンアスパラ・グリーンピース・りんご・玉ねぎ・人参	コンソメ・とろけるシチュークリーム・酒・酢・水・精製塩	306 kcal 9.3 g 10.2 g 47.9 g 0.8 g	乳成分・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	15.5	12.2	58.0		
1~2歳		285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	294	11.6	9.2	43.5		

キッズ	昼食	3色食品群			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・そばを含むものに注意)	
16	月	助宗タラの玉子とじ井 白菜と鶏肉のおかか炒め みそ汁(じゃが芋・ごぼう)	ご飯・じゃが芋・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	スケソウタラ・花かつお・玉子・鶏肉・味噌	ごぼう・玉ねぎ・人参・青ねぎ・白菜	酒・出し汁・醤油・水	304 kcal 14.4 g 7.7 g 46.8 g 0.9 g	卵・小麦
17	火	ご飯 豚肉と大根のごま煮 キャベツと玉子サラダ みそ汁(油揚げ・長ねぎ)	ごま・ご飯・砂糖・油	玉子・豚肉・味噌・油揚げ	キャベツ・人参・大根・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	293 kcal 12.4 g 11.9 g 36.4 g 0.7 g	卵・小麦 ※63
18	水	2色丼 具だくさん汁 フルーツ(もも)	ご飯・油・砂糖・じゃが芋	鶏肉・玉子・味噌・油揚げ	人参・大根・えのきたけ・ねぎ・インゲン・もも	昆布・醤油・水・みりん風調味料	297 kcal 11.9 g 9.6 g 39.1 g 0.4 g	卵・小麦・大豆
19	木	鉄分強化！ふりかけごはん カラスカレイのきのこあんかけ 炒りおから みそ汁(焼ふ・ワカメ) ヨーグルト	ご飯・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	おから・カラスカレイ・ヨーグルト・豚肉・味噌	しめじ・ワカメ・玉ねぎ・人参・水菜	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	302 kcal 11.6 g 9.5 g 46.4 g 0.9 g	乳成分・小麦 ※18・※190
23	月	スパゲティナポリタン ツナと玉子サラダ スープ(人参・大根)	スパゲティ・バター・砂糖・油	ツナフレーク缶・玉子・豚肉	ピーマン・ブロッコリー・玉ねぎ・人参・大根	ウスターソース・ケチャップ・コンソメ・酒・醤油・酢・水・精製塩	266 kcal 12.5 g 11.3 g 30.1 g 1.1 g	乳成分・卵・小麦
24	火	鉄分強化！ふりかけごはん 鶏のから揚げ 白菜とひじき煮 みそ汁(油揚げ・玉子)	ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	玉子・鶏肉・味噌・油揚げ	にんにく・ひじき・人参・生姜・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	290 kcal 10.7 g 10.1 g 41.9 g 0.8 g	卵・小麦 ※18
25	水	ご飯 鮭のみそ焼き 豆腐と大根の煮物 すまし汁(焼ふ・もやし) フルーツ(バナナ)	ご飯・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	鮭・豆腐・味噌	バナナ・もやし・人参・大根・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	262 kcal 12.4 g 5.5 g 42.2 g 0.7 g	小麦
26	木	野菜たっぷりラーメン フライドポテト みかん	中華麺・ごま油・じゃが芋	豚肉・なると	キャベツ・もやし・とうもろこし・ねぎ・にんじん・みかん	醤油・鶏がらスープの素・塩	328 kcal 10.0 g 10.0 g 53.3 g 1.3 g	小麦・大豆・卵・乳
27	金	ご飯 クリームシチュー かぼちゃサラダ フルーツ(バナナ)	ご飯・砂糖・油	牛乳・豚肉	かぼちゃ・キャベツ・グリーンピース・バナナ・玉ねぎ・人参	とろけるシチュークリーム・酒・酢・水・精製塩	302 kcal 9.4 g 9.5 g 47.9 g 0.6 g	乳成分・小麦
30	月	助宗タラの玉子とじ井 白菜と鶏肉のおかか炒め みそ汁(じゃが芋・ごぼう)	ご飯・じゃが芋・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	スケソウタラ・花かつお・玉子・鶏肉・味噌	ごぼう・玉ねぎ・人参・青ねぎ・白菜	酒・出し汁・醤油・水	304 kcal 14.4 g 7.7 g 46.8 g 0.9 g	卵・小麦
31	火	ご飯 豚肉と大根のごま煮 キャベツと玉子サラダ みそ汁(油揚げ・長ねぎ)	ごま・ご飯・砂糖・油	玉子・豚肉・味噌・油揚げ	キャベツ・人参・大根・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	293 kcal 12.4 g 11.9 g 36.4 g 0.7 g	卵・小麦 ※63

※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。  
 ※190 同一工場では卵・乳成分・小麦・落花生・えび・くるみを含む製品を製造しています。

