

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
1	木	ご飯 助宗タラのチーズ焼き 野菜の玉子とじ煮 みそ汁(油揚げ・じゃが芋) ヨーグルト	ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・油	スケソウダラ・チーズ・ヨーグルト・玉子・味噌・油揚げ	キャベツ・玉ねぎ・人参	299 kcal 12.6 g 11.4 g 40.4 g 0.8 g	乳・卵・小麦
2	金	●赤おにさんライス 豚肉と野菜のコンソメ煮 もやしと小松菜の中華和定	ごま油・ご飯・スパゲッティ・バター・砂糖・油	ウインナー・豚肉	かぶ・きゅうり・もやし・レーズン・玉ねぎ・小松菜・人参・白菜	307 kcal 11.1 g 9.0 g 45.8 g 0.8 g	乳・卵・小麦 ※46
5	月	ハヤシライス だいごんのたまごサラダ みかん	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	牛乳・豚肉・玉子	みかん・玉ねぎ・人参・だいごん	301 kcal 9.7 g 9.1 g 47.9 g 1.0 g	乳・小麦
6	火	鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラのバター醤油焼き 豆腐と白菜のどろろ煮 みそ汁(花ふ・玉子) フルーツ(りんご)	ご飯・バター・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイタダ・玉子・豆腐・味噌	チンゲン菜・りんご・人参・白菜	267 kcal 11.4 g 6.5 g 43.1 g 0.8 g	乳・卵・小麦 ※18
7	水	クリームスパゲティ ポテトサラダ スープ(もやし・ごぼう)	じゃが芋・スパゲッティ・バター・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豚肉	クリームコーン缶・ごぼう・ほうれん草・もやし・玉ねぎ・人参	304 kcal 12.7 g 11.0 g 39.8 g 1.1 g	乳・小麦
8	木	ご飯 鮭の揚げ煮 キャベツと玉子マヨサラダ 具だくさん汁(さつま芋・長ねぎ・焼ふ) ヨーグルト	ご飯・さつま芋・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	ヨーグルト・玉子・鮭・味噌	キャベツ・人参・長ねぎ	299 kcal 12.1 g 9.4 g 45.1 g 0.8 g	乳・卵・小麦
9	金	ご飯 玉子と豚肉のオイスター炒め ツナ大根サラダ 中華スープ(人参・えのき茸) フルーツ(オレンジ)	ごま油・ご飯・砂糖・油	ツナフレーク缶・玉子・豚肉	えのき茸・オレンジ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	284 kcal 11.4 g 10.0 g 38.2 g 0.9 g	卵・小麦
12	月	休み					
13	火	ご飯 豚肉と野菜の和風煮 じゃが芋のごまがらめ みそ汁(豆腐・花ふ)	ごま・ご飯・じゃが芋・花ふ・砂糖・小麦粉・油	豆腐・豚肉・味噌	インゲン・玉ねぎ・人参	300 kcal 12.1 g 7.8 g 48.4 g 0.6 g	小麦
14	水	カレーライス キャベツのたまごサラダ もも	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	牛乳・鶏肉・玉子	もも・玉ねぎ・人参・キャベツ	301 kcal 9.7 g 9.1 g 47.9 g 1.0 g	乳・小麦
15	木	ご飯 助宗タラのチーズ焼き 野菜の玉子とじ煮 みそ汁(油揚げ・じゃが芋) ヨーグルト	ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・油	スケソウダラ・チーズ・ヨーグルト・玉子・味噌・油揚げ	キャベツ・玉ねぎ・人参	299 kcal 12.6 g 11.4 g 40.4 g 0.8 g	乳・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/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		391	14.8	12.4	58.2
1～2歳		285/11.8/7.9/41.7/0.8未満		293	11.1	9.3	43.6

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
16	金	カレー風味ピラフおにぎり 豚肉と野菜のコンソメ煮 マカロニサラダ みそ汁(万能ねぎ・もやし)	ごま油・ご飯・バター・マカロニミックス・砂糖・油	ウインナー・豚肉・味噌	かぶ・きゅうり・ピーマン・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	287 kcal 11.3 g 8.5 g 41.8 g 1.0 g	乳・卵・小麦
19	月	ハヤシライス ブロッコリーのたまごサラダ みかん	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	牛乳・豚肉・玉子	みかん・玉ねぎ・人参・ブロッコリー	301 kcal 9.7 g 9.1 g 47.9 g 1.0 g	乳・小麦
20	火	鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラのバター醤油焼き 豆腐と白菜のどろろ煮 みそ汁(花ふ・玉子) フルーツ(りんご)	ご飯・バター・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイタダ・玉子・豆腐・味噌	チンゲン菜・りんご・人参・白菜	267 kcal 11.4 g 6.5 g 43.1 g 0.8 g	乳・卵・小麦 ※18
21	水	クリームスパゲティ ポテトサラダ スープ(もやし・ごぼう)	じゃが芋・スパゲッティ・バター・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豚肉	クリームコーン缶・ごぼう・ほうれん草・もやし・玉ねぎ・人参	304 kcal 12.7 g 11.0 g 39.8 g 1.1 g	乳・小麦
22	木	ご飯 鮭の揚げ煮 キャベツと玉子マヨサラダ 具だくさん汁(さつま芋・長ねぎ・焼ふ) ヨーグルト	ご飯・さつま芋・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	ヨーグルト・玉子・鮭・味噌	キャベツ・人参・長ねぎ	299 kcal 12.1 g 9.4 g 45.1 g 0.8 g	乳・卵・小麦
23	金	休み					
26	月	さつま芋の炊き込みご飯 鶏肉と野菜の味噌炒め キャベツのツナ煮 すまし汁(かぶ・長ねぎ)	ご飯・さつま芋・砂糖・油	ツナフレーク缶・鶏肉・味噌	あおさ粉・かぶ・キヌサヤ・キャベツ・玉ねぎ・人参・長ねぎ	293 kcal 9.8 g 8.3 g 46.4 g 1.0 g	小麦
27	火	ご飯 豚肉と野菜の和風煮 じゃが芋のごまがらめ みそ汁(豆腐・花ふ)	ごま・ご飯・じゃが芋・花ふ・砂糖・小麦粉・油	豆腐・豚肉・味噌	インゲン・玉ねぎ・人参	299 kcal 12.1 g 7.8 g 48.4 g 0.6 g	小麦
28	水	シチュー キャベツのたまごサラダ もも	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	牛乳・鶏肉・玉子	もも・玉ねぎ・人参・キャベツ	301 kcal 9.7 g 9.1 g 47.9 g 1.0 g	乳・小麦
29	木	ご飯 助宗タラのチーズ焼き 野菜の玉子とじ煮 みそ汁(油揚げ・じゃが芋) ヨーグルト	ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・油	スケソウダラ・チーズ・ヨーグルト・玉子・味噌・油揚げ	キャベツ・玉ねぎ・人参	299 kcal 12.6 g 11.4 g 40.4 g 0.8 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・かこ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。

