

年齢	性別	3色食品群				3色食品群以外の使用食材				1〜2歳児				3〜5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	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー																																																																																																																																																																																																															
4月	男	ハヤシライス 野菜ともやしサラダ スープ フルーツ (バナナ)	いわしせんべい・ごま油・ご飯・バター・砂糖・小麦粉・油	牛乳・鉄強化チーズ・豆乳・豚肉	なす・パセリ・バナナ・もやし・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	S Bハヤシの王子さま顆粒・ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 いわしせんべい 牛乳 チーズスコーン	485 kcal 17.4 g 17.2 g 68.1 g 2.3 g	597 kcal 20.8 g 20.5 g 85.2 g 3.0 g	16	土	鉄分強化!ふりかけご飯 助宗タラの洋風ごま照り焼き 豚肉とさつま芋の煮物 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	かぼちゃ&にんじんリンゴ・ごま・ご飯・さつま芋・バター・砂糖・小麦粉・油	スケソウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・茹小豆缶	オレンジ・キャベツ・しめじ・チンゲン菜・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 いわしせんべい 牛乳 小豆ういろ	529 kcal 21.4 g 12.6 g 85.7 g 1.0 g	662 kcal 26.5 g 14.4 g 110.2 g 1.2 g	17	日	鉄分強化!ふりかけご飯 豆腐のうま煮 鶏レバーの野菜炒め みそ汁	ごま・ご飯・さつま芋・バター・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・牛乳・鶏レバー・豆乳・豆腐・味噌・油揚げ	ピーマン・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 豆腐のうま煮 鶏レバーの野菜炒め みそ汁	480 kcal 21.9 g 16.2 g 65.3 g 1.3 g	595 kcal 27.1 g 19.3 g 82.6 g 1.6 g	18	月	チキンライス かぼちゃのグラタン風 スープ フルーツ (白桃缶)	うどん・ご飯・バター・パン粉・ほうれん草と小松菜せんべい・小麦粉	ツナフレック缶・牛乳・鶏肉・豆乳	かぼちゃ・グリーンピース・ブロッコリー・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参・白桃缶	ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 チキンライス かぼちゃのグラタン風 スープ フルーツ (白桃缶)	うどん・ごまぜんべい・ご飯・バター・パン粉・小麦粉	ツナフレック缶・牛乳・鶏肉・豆乳	かぼちゃ・グリーンピース・ブロッコリー・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参・白桃缶	ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 ごまぜんべい 牛乳 ミニ肉うどん	476 kcal 22.2 g 12.1 g 72.6 g 1.4 g	583 kcal 27.4 g 13.5 g 91.4 g 1.8 g	19	火	ご飯 鮭の磯辺焼き 豚肉と切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・わかめせんべい・砂糖・片栗粉・油	牛乳・鮭・豚肉・味噌	あおき粉・インゲン・オレンジ・キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・人参・切干大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 ご飯 ふんわりつくね焼き 小松菜のちりめん炒め すまし汁	ごま油・ご飯・パン粉・花ふ・砂糖・小麦粉・油	ちりめん干し・牛乳・鶏肉・粉豆腐・味噌	トマト・バイナップル缶・ワカメ・小松菜・人参・生姜・長ねぎ	ベーキングパウダー・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 ご飯 ふんわりつくね焼き 小松菜のちりめん炒め すまし汁	492 kcal 18.8 g 15.1 g 72.1 g 1.6 g	605 kcal 22.8 g 15.1 g 90.2 g 2.0 g	20	水	ご飯 白系タラのパン粉揚げ かぼちゃとささみのとろみ煮 みそ汁 ヨーグルト	かぼちゃ&にんじんリンゴ・ご飯・さつま芋・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイタダ・ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	オレンジ・かぼちゃ・グリーンピース・チンゲン菜・寒天	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 かぼちゃ&にんじんリンゴ 牛乳 さつま芋ようかん フルーツ (オレンジ)	ご飯・さつま芋・しらす&わかめせんべい・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイタダ・ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	オレンジ・かぼちゃ・グリーンピース・チンゲン菜・寒天	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 ご飯 白系タラのパン粉揚げ かぼちゃとささみのとろみ煮 みそ汁 ヨーグルト	543 kcal 21.1 g 15.3 g 86.4 g 0.8 g	600 kcal 26.1 g 18.1 g 111.1 g 0.9 g	21	木	●アスパラガスのピラフ 照り焼きハンバーグ ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・焼ふ・油 フルーツ (バナナ)	ご飯・バター・パン粉・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・焼ふ・油	牛乳・豆乳・豚肉・味噌	グリーンアスパラ・バナナ・ブロッコリー・もやし・玉ねぎ・人参・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 アスパラガスのピラフ 照り焼きハンバーグ ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・焼ふ・油 フルーツ (バナナ)	ご飯・さつま芋・しらす&わかめせんべい・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイタダ・ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	オレンジ・かぼちゃ・グリーンピース・チンゲン菜・寒天	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 アスパラガスのピラフ 照り焼きハンバーグ ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・焼ふ・油 フルーツ (バナナ)	489 kcal 20.0 g 15.1 g 71.9 g 1.0 g	601 kcal 24.4 g 17.8 g 89.8 g 1.2 g	22	金	ご飯 カラスカレイのみそ焼き トマトときゅうりのサラダ すまし汁 フルーツ (オレンジ)	ごまぜんべい・ご飯・バター・マカロニ・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	オレンジ・キャベツ・きゅうり・ごぼう・トマト・パセリ・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 カラスカレイのみそ焼き トマトときゅうりのサラダ すまし汁 フルーツ (オレンジ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	しらす干し・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・茹小豆缶	コーン・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	ベーキングパウダー・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 カラスカレイのみそ焼き トマトときゅうりのサラダ すまし汁 フルーツ (オレンジ)	482 kcal 17.4 g 17.8 g 67.2 g 1.0 g	591 kcal 20.9 g 21.2 g 84.1 g 1.2 g	23	土	ご飯 鉄分強化!ふりかけご飯 助宗タラの甘酢漬け 豚肉と大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ごま・ご飯・とうもろこしすなっく・パン粉・砂糖・小麦粉・油	きな粉・ツナフレック缶・牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	インゲン・トマト・玉ねぎ・人参・白菜・白桃缶	ふりかけ・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 鉄分強化!ふりかけご飯 助宗タラの甘酢漬け 豚肉と大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ごま・ご飯・とうもろこしすなっく・バター・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	スケソウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	オレンジ・チンゲン菜・パプリカ赤・ほうれん草・玉ねぎ・人参・大根	ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・酢	牛乳 助宗タラの甘酢漬け 豚肉と大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	499 kcal 25.4 g 22.9 g 79.1 g 0.9 g	749 kcal 31.7 g 28.4 g 99.6 g 1.1 g	24	日	ご飯 ミネストラルパスタ 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ごま・ご飯・しらす&わかめせんべい・バター・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	スケソウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	オレンジ・チンゲン菜・パプリカ赤・ほうれん草・玉ねぎ・人参・大根	酒・出し汁・醤油・酢	牛乳 ミネストラルパスタ 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・納豆	あおき粉・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ミネストラルパスタ 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	491 kcal 20.7 g 17.4 g 66.7 g 1.3 g	608 kcal 25.4 g 20.8 g 83.7 g 1.6 g	25	月	ご飯 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ご飯・スパゲッティ・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・納豆	あおき粉・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・納豆	あおき粉・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	479 kcal 20.9 g 17.3 g 63.2 g 1.3 g	587 kcal 25.7 g 20.8 g 78.0 g 1.6 g	26	火	ご飯 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・納豆	あおき粉・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・納豆	あおき粉・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	504 kcal 18.5 g 16.8 g 73.5 g 1.3 g	622 kcal 22.4 g 20.0 g 92.5 g 1.6 g	27	水	ご飯 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・納豆	あおき粉・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・納豆	あおき粉・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	504 kcal 18.5 g 16.8 g 73.5 g 1.3 g	622 kcal 22.4 g 20.0 g 92.5 g 1.6 g	28	木	ご飯 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・納豆	あおき粉・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・納豆	あおき粉・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	504 kcal 18.5 g 16.8 g 73.5 g 1.3 g	622 kcal 22.4 g 20.0 g 92.5 g 1.6 g	29	金	ご飯 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・納豆	あおき粉・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・納豆	あおき粉・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	504 kcal 18.5 g 16.8 g 73.5 g 1.3 g	622 kcal 22.4 g 20.0 g 92.5 g 1.6 g	30	土	ご飯 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・納豆	あおき粉・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・納豆	あおき粉・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ハヤシライス 白系タラのココロコ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	504 kcal 18.5 g 16.8 g 73.5 g 1.3 g	622 kcal 22.4 g 20.0 g 92.5 g 1.6 g

※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、また、コンタミ等の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。
 ※1〜2歳児の栄養価は、午前おやつ・昼食・午後おやつのご合計栄養価になります。

ダイハイ (株)
 応援サポーター
 林家たい平 師匠

春の花たちがたくさん
 咲いてきれいですね〜

