		2460	€ ★ *	**	☆ * *-	10.2	ж и	* *	2 II			\$ 9	2 /2 A D #Y				10.0英田	w w	C C C C C C C C C C C C C C C C C C C
リト屋食	熱や力になるもの	3色食品群 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) 午後おやつ	1~2 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・ぇび・かに)	3~5 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・えび・かに)	リトル		熱や力になるもの	3 色食品群 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 たんぱ 脂質 炭水パ 塩が 塩が	質アレル	エネルギー たんぱく質 ギー 脂質 炭水化物 梅公	アレルギー (乳・卵・小麦・落在生 ば・えび・かに)
豚肉の甘辛丼 かぼちゃのさっぱりサラダ 1 金 みそ汁	ご飯・砂糖・小魚せんべ	牛乳・豆乳・豚肉・味噌・茹小豆缶		ベーキングパウダー・みり ん風調味料・酒・出し汁・ 醤油・酢・水・精製塩	牛乳 小魚せんべい 牛乳 ふんわりどら焼き	468 kcal 18.0 g 12.7 g 74.3 g	14.0 11.17	572 kcal 21.7 g 14.6 g 93.2 g		16 ±	鉄分強化! ふりかけご飯 助宗タラのみそ焼き 豚肉と野菜の煮物 すまし汁 ヨーグルト				ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・みりん風調 味料・酒・出し汁・醤油・ 水・精製塩	L · · -	kcal 乳·小麦 g g g	629 kcal 32.3 g 19.7 g 84.0 g	
鉄分強化!ふりかけご飯 助宗タラのみそ焼き 土 豚肉と野菜の煮物 すまし汁 ヨーグルト	ご飯・しらす&わかめせ んべい・砂糖・小麦粉・ 油			ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・みりん風調 味料・酒・出し汁・醤油・ 水・精製塩	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 お好み焼き	507 kcal 25.8 g 16.6 g 66.9 g	乳・小麦	629 kcal 32.3 g 19.7 g 84.0 g	乳・小麦	17	ご飯 豆腐とエビのくずし煮 鶏レバーの甘辛炒め みそ汁	ごませんべい・ごま油・ ご飯・じゃが芋・砂糖・ 小麦粉・片栗粉・油	エビ・きな粉・ワカメ・ 牛乳・鶏レバー・豆乳・ 豆腐・味噌		ベーキングパウダー・みり ん風調味料・酒・出し汁・ 醤油	7.7-	kcal 乳・小麦 g g g	・え 609 kcal 29.2 g 17.1 g 89.5 g 1.8 g	1 乳・小麦・ネ び -
ご飯豆腐とエビのくずし煮日 鶏レバーの甘辛炒めみそ汁	i	エビ・きな粉・ワカメ・ 牛乳・鶏レバー・豆乳・ 豆腐・味噌	パプリカ赤・ほうれん草・ 玉ねぎ・人参	ベーキングパウダー・みり ん風調味料・酒・出し汁・ 醤油	牛乳 ほうれん草と小松菜せん 牛乳 きな粉蒸しパン	495 kcal 495 g 496 g 71.7 g	乳・小麦・え び [609 kcal 29.2 g 17.1 g 89.5 g	乳・小麦・え び 	18 月	ご飯 鮭の豆乳クリームソース 切干大根と挽肉の煮物 スープ	いわしせんべい・ご飯・ さつま芋・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・鮭・豆乳	インゲン・パイナップル 缶・りんごジュース・寒 天・玉ねぎ・人参・切干大 根・長ねぎ・白菜	みりん風調味料・出し汁・ 醤油・水・精製塩	牛乳 501 いわしせんべい 20.4 牛乳 14.5 りんごゼリー 76.8	s kcal g g g	618 kcal 24.8 g 16.9 g 96.9 g	乳・小麦
スープ	ご飯・さつま芋・わかめ せんべい・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・鮭・豆乳	インゲン・パイナップル 缶・りんごジュース・寒 天・玉ねぎ・人参・切干大 根・長ねぎ・白菜	みりん風調味料・出し汁・ 醤油・水・精製塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 りんごゼリー	1.4 g 501 kcal 20.3 g 14.5 g 76.8 g	乳・小麦	618 kcal 24.8 g 16.9 g 96.9 g	乳・小麦	19 火	フルーツ (パイン缶) ひじきのコーンご飯 豚肉とチンゲン菜のごま炒め 大根と人参のおかか和え みそ汁	ごま・ご飯・バター・花 ふ・砂糖・小魚せんべ い・小麦粉・油	1	コーン・チンゲン菜・ひじ き・玉ねぎ・人参・大根	ベーキングパウダー・みり ん風調味料・酒・出し汁・ 醤油	大字手 0.9 牛乳 506 小魚せんべい 21.9 牛乳 19.5 チーズスコーン 64.3	g kcal 乳・小麦 g g	1.1 g 624 kcal 27.0 g 23.8 g 79.7 g	乳・小麦
フルーツ (パイン缶) ひじきのコーンご飯 豚肉とチンゲン菜のごま炒め 5 火 大根と人参のおかか和え みそ汁	ふ・砂糖・小魚すなっ	1	コーン・チンゲン菜・ひじ き・玉ねぎ・人参・大根		大字手 牛乳 小魚すなっく 牛乳 チーズスコーン	0.9 g 500 kcal 21.7 g 19.5 g 63.0 g	乳・小麦	1.1 g 622 kcal 26.7 g 23.8 g 79.5 g	乳・小麦	20 7	ご飯 白糸タラのムニエル 小松菜と鶏肉の炒り煮 みそ汁	ご飯・しらす&わかめせ んべい・バター・砂糖・ 小麦粉・油		オレンジ・キャベツ・ピー マン・玉ねぎ・小松菜・人 参		牛乳 492 しらす&わかめせんべい 21.5 牛乳 19.5 粉豆腐のドーナツ 61.2	g kcal 乳・小麦 g g	2.4 g 609 kcal 26.5 g 23.6 g 76.3 g	1 乳・小麦
ご飯白糸タラのムニエル水 小松菜と鶏肉の炒り煮みそ汁	グ・ご飯・バター・砂	I	キャベツ・バナナ・ピーマ ン・玉ねぎ・小松菜・人参	ベーキングパウダー・出し 汁・醤油・精製塩	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン 牛乳 粉豆腐のドーナツ	1.9 g 491 kcal 2 21.3 g 19.4 g 60.9 g	乳・小麦	2.4 g 610 kcal 26.3 g 23.6 g 76.7 g	乳・小麦	21 木 ン	フルーツ (オレンジ) ●ひまわりライス なすと玉ねぎのツナみそ炒め さつま芋の煮物 ヨーグルト	ん草と小松菜せんべい・	1	きゅうり・コーン・なす・ 玉ねぎ・人参・長ねぎ・万 能ねぎ		生乳1.1牛乳522ほうれん草と小松菜せん18.7牛乳14.5ジューシー(沖縄風ご飯82.7	g kcal 乳・小麦 g g g	1.4 g 645 kcal 22.7 g 17.0 g 104.4 g	 乳・小麦
フルーツ (バナナ) ◆七夕そうめん なすとそぼろのみそ炒め さつま芋の煮物 ヨーグルト	Į.	ルト・牛乳・鶏肉・豚	オクラ・コーン・トマト・ なす・玉ねぎ・人参・万能 ねぎ	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油・水・精製塩	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 ジューシー (沖縄風ご)	1.1 g 493 kcal 19.9 g 14.1 g 73.5 g	乳・小麦	1.4 g 613 kcal 24.4 g 16.5 g 93.7 g	乳・小麦	22 金	夏野菜カレー 白菜と人参のサラダ スープ フルーツ (オレンジ)	ごま・ごま油・ご飯・バ ター・わかめせんべい・ 砂糖・小麦粉・油	牛乳・豆乳・豚肉	オレンジ・かぼちゃ・ごぼ う・パプリカ黄・パプリカ 赤・ほうれん草・玉ねぎ・ 人参・長ねぎ・白菜	粒・ベーキングパウダー・	1	g kcal g g g	1.1 g 601 kcal 18.1 g 19.0 g 94.9 g	1 乳・小麦
夏野菜カレー 白菜と人参のサラダ 8 金 スープ フルーツ (オレンジ)	ごま・ごませんべい・ご ま油・ご飯・バター・砂 糖・小麦粉・油	牛乳・豆乳・豚肉	I	SBカレーの王子さま顆粒・ベーキングパウダー・ 酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ごませんべい 牛乳 ポパイケーキ	1.3 g 489 kcal 15.3 g 16.2 g 75.2 g	乳・小麦	1.6 g 601 kcal 18.1 g 19.0 g 94.9 g	乳・小麦	23 ±	鉄分強化! ふりかけご飯 ツナコロッケ 鶏肉と野菜のソテー みそ汁	ご飯・じゃが芋・バタ ー・パン粉・花ふ・砂 糖・小魚すなっく・小麦 粉・油	鶏肉・豆乳・味噌・茹小	チンゲン菜・トマト・な す・黄桃缶・寒天・玉ね ぎ・人参	ふりかけ・出し汁・醤油・	1.6 牛乳 515 小魚すなっく 16.9 牛乳 18.7 白くま風豆乳寒天 75.3	g kcal 乳・小麦 g g	2.0 g 643 kcal 20.3 g 22.7 g 96.1 g	1.乳・小麦
鉄分強化!ふりかけご飯 ツナコロッケ 9 土 鶏肉と野菜のソテー	じゃが芋・バター・パン 粉・花ふ・砂糖・小麦	鶏肉・豆乳・味噌・茹小		ふりかけ・出し汁・醤油・	牛乳 いわしせんべい 牛乳 白くま風豆乳寒天	1.6 g 519 kcal 17.0 g 18.8 g	乳・小麦	2.0 g 643 kcal 20.3 g 22.7 g	乳・小麦	24	ご飯 鶏肉の粉豆腐衣焼き かぼちゃのとろみ煮 すま1.汁	かぼちゃ&にんじんリン	ワカメ・牛乳・鶏肉・豆 乳・粉豆腐	かぼちゃ・グリンピース・ 玉ねぎ・人参・白菜	ベーキングパウダー・みり ん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	牛乳0.9牛乳488かぼちゃ&にんじんリン20.6牛乳16.0キャロット蒸しパン69.0	g kcal 乳·小麦 g g	1.1 g 606 kcal 25.4 g 19.0 g	1 乳・小麦
ご飯 鶏肉の粉豆腐衣焼き 10 日 かぼちゃのとろみ煮 すまし汁	粉・油 ご飯・砂糖・小魚せんべ い・小麦粉・片栗粉・油	1	かぼちゃ・グリンピース・ 玉ねぎ・人参・白菜	ベーキングパウダー・みり ん風調味料・出し汁・醤 油・精製塩		0.9 g 493 kcal 20.7 g 16.0 g	乳・小麦	1.1 g 606 kcal 25.4 g 19.0 g	乳・小麦	25 月	ご飯 助宗タラの甘酢あん 鶏肉とブロッコリーの炒め物	ご飯・とうもろこしすなっく・砂糖・片栗粉・油		コーン・パイナップル缶・ ブロッコリー・玉ねぎ・小 松菜・人参・大根・白桃缶		1.4	g kcal 乳・小麦 g g	1.8 g 632 kcal 33.3 g 21.3 g 82.4 g	1 乳・小麦
ご飯 助宗タラの甘酢あん 11 月 鶏肉とブロッコリーの炒め物 フェン	んべい・砂糖・片栗粉・	きな粉・スケソウタラ・ 牛乳・鶏肉・豆乳・豆 腐・味噌	コーン・パイナップル缶・ ブロッコリー・玉ねぎ・小 松菜・人参・大根・白桃缶			1.4 g 509 kcal 26.6 g 17.8 g	乳・小麦	1.8 g 632 kcal 33.3 g 21.3 g	乳・小麦	26 火	フルーツ (白桃缶) ソース焼きうどん さつま芋の甘煮 すまし汁 フルーツ (オレンジ)	うどん・ごませんべい・ ご飯・さつま芋・砂糖・ 油	牛乳・豚肉	ベツ・きゅうり・グリンピ ース・ごぼう・玉ねぎ・人		フルーツ (パイン缶) 0.8	g kcal 乳・小麦 g	0.9 g	1 乳・小麦
フルーツ (白桃缶) ソース焼きうどん さつま芋の甘煮 12 火 すまし汁	うどん・ご飯・さつま 芋・ほうれん草と小松菜 せんべい・砂糖・油	牛乳・豚肉	ベツ・きゅうり・グリンピ ース・ごぼう・玉ねぎ・人		ほうれん草と小松菜せん 牛乳	03.7 g 0.8 g 485 kcal 2 19.4 g 13.1 g	乳・小麦	0.9 g 595 kcal 23.6 g 15.1 g	乳・小麦	27 7	ご飯 ポークチャップ チンゲン菜と人参のしらすサラダ	いわしせんべい・ご飯・ りんごジャム・砂糖・小 麦粉・焼ふ・油	1	参・万能ねぎ チンゲン菜・ピーマン・も やし・玉ねぎ・人参	ウスターソース・ケチャッ プ・ベーキングパウダー・ 酒・出し汁・酢・水・精製	スティック野菜1.5牛乳440いわしせんべい18.5牛乳12.9	g kcal 乳・小麦 g	1.9 g 536 kcal 22.3 g 14.7 g	1 乳・小麦
フルーツ (オレンジ) ご飯 ポークチャップ 水 チンゲン菜と人参のしらすサラダ みそ汁	ご飯・りんごジャム・わ かめせんべい・砂糖・小 麦粉・焼ふ・油			ウスターソース・ケチャッ プ・ベーキングパウダー・ 酒・出し汁・酢・水・精製	わかめせんべい	1.5 g 440 kcal 18.4 g 12.9 g	乳・小麦	95.3 g 1.9 g 536 kcal 22.3 g 14.7 g	乳・小麦	28 木	ご飯 カラスカレイのごま漬け焼き 鶏肉と白菜の炒め煮	ごま・ごま油・ご飯・じ ゃが芋・砂糖・小魚せん べい・油	1	オレンジ・ごぼう・とうも ろこし・ほうれん草・玉ね ぎ・人参・白菜		豆乳ホットケーキ66.01.4牛乳481小魚せんべい19.0牛乳20.7フライドポテト59.7	g kcal 乳・小麦 g	82.4 g 1.8 g 590 kcal 23.1 g 25.4 g 73.4 g	1 乳・小麦
で飯 カラスカレイのごま漬け焼き 14 木 鶏肉と白菜の炒め煮 みそ汁	ごま・ごま油・ご飯・じ ゃが芋・砂糖・小魚すな っく・油		オレンジ・ごぼう・とうも ろこし・ほうれん草・玉ね ぎ・人参・白菜	塩 みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油・精製塩		1.4 g 476 kcal 19.0 g 20.7 g 58.5 g	乳・小麦	82.4 g 1.8 g 590 kcal 23.1 g 25.4 g 73.4 g	乳・小麦	29 金	プルーツ (オレンジ) 豚肉の甘辛丼 かぼちゃのさっぱりサラダ みそ汁	ご飯・しらす&わかめせ んべい・砂糖・小麦粉・ 油	1		ベーキングパウダー・みり ん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	とうもろこし 1.0 牛乳 465	g kcal g g g	1.2 g	1 乳・小麦
フルーツ (オレンジ) 豚肉の甘辛丼 かぼちゃのさっぱりサラダ 金 みそ汁	かぼちゃ&にんじんリン グ・ご飯・砂糖・小麦 粉・油	牛乳・豆乳・豚肉・味噌・茹小豆缶	1	ベーキングパウダー・みり ん風調味料・酒・出し汁・ 醤油・酢・水・精製塩	とうもろこし 牛乳	1.0 g 463 kcal 2 17.9 g 12.7 g 73.1 g	乳・小麦	1.2 g 572 kcal 21.7 g 14.6 g 93.2 g	乳・小麦	30 ±	鉄分強化!ふりかけご飯 助宗タラのみそ焼き 豚肉と野菜の煮物 すまし汁			あおさ粉・キャベツ・ブロ ッコリー・玉ねぎ・人参・ 大根	•	1.1牛乳ほうれん草と小松菜せん25.8	g kcal g g g	1.4 g	 乳・小麦
年齢	エネルギーkcal 606 491	たんぱく質 g 25.3 20.6	当月平均給与栄養量 脂質 g 19.1 16.1	炭水化物 g 88.0 70.0	塩分g 1.5 1.2	1.1 g	食べ物は良く	1.4 g	く噛むこと	31	ヨーグルト ご飯 豆腐とエビのくずし煮 鶏レバーの甘辛炒め みそ汁		牛乳・鶏レバー・豆乳・	パプリカ赤・ほうれん草・ 玉ねぎ・人参		1.2 牛乳 494	g kcal 乳・小麦 g g	1.5 g	乳・小麦・ネ 乳・小麦・ネ び
アサガオとヒマワ	タイヘイ(: フリが 応援サポータ ますね! 林家たい平自	9 –					で、虫歯予防 われています	や消化の負担が減り、お	腹に良いと言	*調味料の *都合によ	は食品中に含まれる栄養素を見た目でアレルギー表示は弊社でお届けしたものり、献立を変更する場合がございます。の栄養価は、午前おやつ・昼食・午後お)に限ります。また、コンタ	ミ等のアレルギーの詳細			1.4	g	1.8 g	