4月

リトル	昼食		3色食品群 熱や力になるもの	3色食品群 血や肉や骨になるもの	3色食品群 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	1～2歳児 エネルギー kcal	1～2歳児 たんぱく質 g	1～2歳児 脂質 g	1～2歳児 炭水化物 g	1～2歳児 塩分 g	1～2歳児 アレルギー（乳・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに）	3～5歳児 エネルギー kcal	3～5歳児 たんぱく質 g	3～5歳児 脂質 g	3～5歳児 炭水化物 g	3～5歳児 塩分 g	3～5歳児 アレルギー（乳・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに）
1	土	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの洋風照り焼き 豚肉と大根の煮物 みそ汁（焼ふ・なめこ） フルーツ（オレンジ）	イチゴジャム・ご飯・バター・砂糖・小魚すなっく・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・なめこ・みかん缶・寒天・人参・大根	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 小魚すなっく 牛乳 寒天ポンチ	441 kcal 19.3 g 11.2 g 68.9 g 1.0 g	乳・小麦	543 kcal 23.5 g 12.6 g 87.5 g 1.2 g	乳・小麦			716 kcal 35.6 g 24.2 g 95.6 g 1.6 g	乳・小麦				
2	日	ご飯 豆腐とツナの落とし焼き 鶏レバーの甘辛煮 みそ汁（油揚げ・万能ねぎ）	かぼちゃ&にんじんリング・ご飯・砂糖・小麦粉・油	きな粉・ツナフレーク缶・牛乳・鶏レバー・豆乳・豆腐・味噌・油揚げ	キャベツ・パイナップル缶・玉ねぎ・人参・生姜・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン 牛乳 きなこ玉 フルーツ（パイン缶）	569 kcal 28.2 g 19.8 g 74.9 g 1.3 g	乳・小麦	716 kcal 35.6 g 24.2 g 95.6 g 1.6 g	乳・小麦			660 kcal 30.5 g 18.8 g 94.9 g 2.0 g	乳・小麦				
3	月	ご飯 鶏肉と野菜の煮物 磯焼きポテト みそ汁（花ふ・長ねぎ）	うどん・ご飯・じゃが芋・とうもろこしすなっく・花ふ・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・味噌	あおさ粉・ごぼう・小松菜・人参・長ねぎ・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 ミニ鶏うどん	457 kcal 20.8 g 12.8 g 67.3 g 1.4 g	乳・小麦	564 kcal 25.7 g 14.7 g 85.3 g 1.8 g	乳・小麦			606 kcal 25.7 g 13.1 g 101.3 g 0.9 g	乳・小麦				
4	火	ご飯 鮭と春キャベツのバター炒め 豚肉の切干大根煮 みそ汁（なす・インゲン） フルーツ（不知火）	ごませんべい・ご飯・さつま芋・バター・砂糖・小麦粉・油	牛乳・鮭・豚肉・味噌	インゲン・えのき茸・キャベツ・なす・寒天・人参・切干大根・不知火（しらぬい）・洋なし缶	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 ごませんべい 牛乳 さつま芋ようかん フルーツ（洋なし缶）	493 kcal 20.9 g 11.8 g 79.9 g 0.8 g	乳・小麦	606 kcal 25.7 g 13.1 g 101.3 g 0.9 g	乳・小麦			636 kcal 21.3 g 22.7 g 90.7 g 1.6 g	乳・小麦				
5	水	ご飯 鶏肉のケチャップ炒め ほうれん草のサラダ スープ（コーン・ワカメ）	いわしせんべい・ごま・ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・米粉・油	ワカメ・牛乳・鶏肉・豆乳	オレンジ・コーン・ピーマン・ほうれん草・玉ねぎ・人参	ケチャップ・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 ごまスティック フルーツ（オレンジ）	514 kcal 17.8 g 18.8 g 72.2 g 1.3 g	乳・小麦	636 kcal 21.3 g 22.7 g 90.7 g 1.6 g	乳・小麦			571 kcal 26.2 g 18.2 g 82.9 g 1.5 g	乳・卵・小麦				
6	木	ご飯 白糸タラの醤油漬け焼き かぼちゃとささみのとろみ煮 みそ汁（豆腐・油揚げ） ヨーグルト	ご飯・じゃが芋・ソフトな塩せん・マヨネーズ・砂糖・片栗粉・油	しらす干し・シロイトタラ・ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	かぼちゃ・グリンピース・チンゲン菜・人参	ケチャップ・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 しらすのハッシュポテト スティック野菜	465 kcal 21.3 g 15.4 g 66.4 g 1.3 g	乳・卵・小麦	571 kcal 26.2 g 18.2 g 82.9 g 1.5 g	乳・卵・小麦			641 kcal 23.9 g 18.2 g 101.9 g 1.1 g	乳・小麦				
7 金	ショート	●アスパラガスとコーンのピラフ ●照り焼きにっこりハンバーグ みそ汁（もやし・焼ふ） フルーツ（バナナ）	ご飯・バター・パン粉・砂糖・小魚せんべい・焼ふ・油	花かつお・牛乳・豆乳・豚肉・納豆・味噌	あおさ粉・グリーンアスパラ・コーン・バナナ・ブロッコリー・もやし・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 小魚せんべい 牛乳 あおさ粉巻き納豆	487 kcal 19.5 g 15.1 g 73.2 g 0.9 g	乳・小麦	598 kcal 23.8 g 17.8 g 91.7 g 1.1 g	乳・小麦			598 kcal 23.8 g 17.8 g 91.7 g 1.1 g	乳・小麦				
8	土	ご飯 カラスカレイのごまみそ焼き きゅうりとトマトのおかかサラダ すまし汁（玉ねぎ・ごぼう） フルーツ（オレンジ）	ごま・ご飯・しらす&わかめせんべい・砂糖・小麦粉・米粉・油	カラスカレイ・花かつお・牛乳・豆乳・味噌	オレンジ・キャベツ・きゅうり・ごぼう・トマト・玉ねぎ	ベーキングパウダー・みりん風調味料・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 米粉のドーナッツ	463 kcal 15.0 g 16.9 g 66.9 g 1.2 g	乳・小麦	570 kcal 17.7 g 20.1 g 84.0 g 1.5 g	乳・小麦			585 kcal 26.1 g 19.3 g 80.3 g 1.5 g	乳・小麦				
9	日	ご飯 チキンのコーン炒め 小松菜と大根のしらす煮 みそ汁（さつま芋・ワカメ）	ごま油・ご飯・さつま芋・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・小麦粉・油	きな粉・しらす干し・ワカメ・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	コーン・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 ほうれん草と小松菜せん 牛乳 きなこ豆乳パンケーキ	477 kcal 21.2 g 16.2 g 64.9 g 1.5 g	乳・小麦	585 kcal 26.1 g 19.3 g 80.3 g 1.9 g	乳・小麦			698 kcal 25.0 g 26.2 g 96.7 g 1.5 g	乳・小麦				
10	月	鉄分強化！ふりかけご飯 ツナポテトコロッケ 鶏肉と豆腐のくずし煮 みそ汁（長ねぎ・油揚げ）	ご飯・じゃが芋・パン粉・マカロニ・かかめせんべい・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	インゲン・トマト・玉ねぎ・人参・長ねぎ	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 肉みそマカロニ	560 kcal 20.4 g 21.4 g 76.6 g 1.2 g	乳・小麦	698 kcal 25.0 g 26.2 g 96.7 g 1.5 g	乳・小麦			464 kcal 26.5 g 15.4 g 84.4 g 1.6 g	乳・小麦				
11	火	ご飯 助宗タラの甘酢漬け 豚肉と大根の炒め煮 みそ汁（ワカメ・焼ふ） ヨーグルト	ご飯・砂糖・小魚すなっく・小麦粉・焼ふ・油	スケソウタラ・ヨーグルト・ワカメ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・茹小豆缶	パプリカ赤・玉ねぎ・人参・大根	ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・酢・水	牛乳 小魚すなっく 牛乳 ふんわりどら焼き	460 kcal 21.5 g 13.3 g 66.6 g 1.3 g	乳・小麦	568 kcal 26.5 g 15.4 g 84.4 g 1.6 g	乳・小麦			568 kcal 26.5 g 15.4 g 84.4 g 1.6 g	乳・小麦				
12	水	ミートスパゲッティ 白菜と人参のツナサラダ スープ（豆腐・ほうれん草）	かぼちゃ&にんじんリング・ご飯・スパゲッティ・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆腐	インゲン・パイナップル缶・パセリ・ほうれん草・玉ねぎ・人参・白菜	ウスターソース・ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン 牛乳 鶏肉の混ぜ込みおにぎり フルーツ（パイン缶）	516 kcal 22.3 g 19.3 g 65.8 g 1.5 g	乳・小麦	644 kcal 27.7 g 23.5 g 83.3 g 1.9 g	乳・小麦			644 kcal 27.7 g 23.5 g 83.3 g 1.9 g	乳・小麦				
13	木	ご飯 白糸タラのココロコ揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁（玉ねぎ・キャベツ） フルーツ（オレンジ）	ご飯・さつま芋・とうもろこしすなっく・バター・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイトタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・冷蔵ベビーチーズCa+Fe	オレンジ・キャベツ・ひじき・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・水	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 チーズスコーン	509 kcal 19.7 g 18.3 g 70.8 g 1.9 g	乳・小麦	635 kcal 24.2 g 22.1 g 90.0 g 2.4 g	乳・小麦			629 kcal 21.6 g 20.5 g 95.0 g 2.3 g	乳・小麦				
14	金	ハヤシライス きゅうりとスナップエンドウのコーンサラダ スープ（小松菜・もやし） フルーツ（バナナ）	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	きゅうり・コーン・スナップエンドウ・パセリ・バナナ・ほうれん草・もやし・玉ねぎ・小松菜・人参	ＳＢ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 ごませんべい 牛乳 ポパイケーキ	508 kcal 18.0 g 17.3 g 74.4 g 1.8 g	乳・小麦	626 kcal 21.7 g 20.5 g 93.8 g 2.3 g	乳・小麦			626 kcal 21.7 g 20.5 g 93.8 g 2.3 g	乳・小麦				
15	土	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの洋風照り焼き 豚肉と大根の煮物 みそ汁（焼ふ・なめこ） フルーツ（オレンジ）	イチゴジャム・いわしせんべい・ご飯・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・なめこ・みかん缶・寒天・人参・大根	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 寒天ポンチ	445 kcal 19.4 g 11.3 g 69.8 g 1.0 g	乳・小麦	543 kcal 23.5 g 12.6 g 87.5 g 1.2 g	乳・小麦			543 kcal 23.5 g 12.6 g 87.5 g 1.2 g	乳・小麦				

年齢		給与栄養目標量 ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	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	585/24.1/16.2/85.5/1.6未満	617	25.5	19.4	90.0	1.6
1～2	歳	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	499	20.8	16.3	71.4	1.3

食べ物は良く噛んで食べましょう。良く噛むことで、全身予防や消化の負担が減り、お腹に良いと言われています。

リトル	昼食		3色食品群 熱や力になるもの	3色食品群 血や肉や骨になるもの	3色食品群 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	1～2歳児 エネルギー kcal	1～2歳児 たんぱく質 g	1～2歳児 脂質 g	1～2歳児 炭水化物 g	1～2歳児 塩分 g	1～2歳児 アレルギー（乳・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに）	3～5歳児 エネルギー kcal	3～5歳児 たんぱく質 g	3～5歳児 脂質 g	3～5歳児 炭水化物 g	3～5歳児 塩分 g	3～5歳児 アレルギー（乳・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに）
16	日	ご飯 豆腐とツナの落とし焼き 鶏レバーの甘辛煮 みそ汁（油揚げ・万能ねぎ）	ご飯・ソフトな塩せん・砂糖・小麦粉・油	きな粉・ツナフレーク缶・牛乳・鶏レバー・豆乳・豆腐・味噌・油揚げ	キャベツ・パイナップル缶・玉ねぎ・人参・生姜・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 きなこ玉 フルーツ（パイン缶）	572 kcal 28.3 g 19.8 g 75.8 g 1.4 g	乳・小麦	716 kcal 35.6 g 24.2 g 95.6 g 1.6 g	乳・小麦								
17 月	ショート	ご飯 ●高野豆腐粉と野菜の煮物（兵庫県） ●たこ焼き風じゃが芋（大阪府） みそ汁（花ふ・長ねぎ）	うどん・ご飯・じゃが芋・花ふ・砂糖・小魚せんべい・片栗粉・油	花かつお・牛乳・鶏肉・粉豆腐・味噌	あおさ粉・ごぼう・小松菜・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 小魚せんべい 牛乳 ミニ鶏うどん	533 kcal 24.5 g 15.8 g 75.6 g 1.6 g	乳・小麦	660 kcal 30.5 g 18.8 g 94.9 g 2.0 g	乳・小麦								
18	火	ご飯 鮭と春キャベツのバター炒め 豚肉の切干大根煮 みそ汁（なす・インゲン） フルーツ（不知火）	ご飯・さつま芋・しらす&わかめせんべい・バター・砂糖・小麦粉・油	牛乳・鮭・豚肉・味噌	インゲン・えのき茸・キャベツ・なす・寒天・人参・切干大根・不知火（しらぬい）・洋なし缶	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 さつま芋ようかん フルーツ（洋なし缶）	490 kcal 20.9 g 11.7 g 79.7 g 0.8 g	乳・小麦	606 kcal 25.7 g 13.1 g 101.3 g 0.9 g	乳・小麦								
19	水	ご飯 鶏肉のケチャップ炒め ほうれん草のサラダ スープ（コーン・ワカメ）	ごま・ごま油・ご飯・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・小麦粉・米粉・油	ワカメ・牛乳・鶏肉・豆乳	オレンジ・コーン・ピーマン・ほうれん草・玉ねぎ・人参	ケチャップ・ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ほうれん草と小松菜せん 牛乳 ごまスティック フルーツ（オレンジ）	515 kcal 17.7 g 18.7 g 72.6 g 1.3 g	乳・小麦	636 kcal 21.3 g 22.7 g 90.7 g 1.6 g	乳・小麦								
20	木	ご飯 白糸タラの醤油漬け焼き かぼちゃとささみのとろみ煮 みそ汁（豆腐・油揚げ） ヨーグルト	ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・わかめせんべい・砂糖・片栗粉・油	しらす干し・シロイトタラ・ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	かぼちゃ・グリンピース・チンゲン菜・人参	ケチャップ・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 しらすのハッシュポテト スティック野菜	466 kcal 21.3 g 15.5 g 66.4 g 1.2 g	乳・卵・小麦	571 kcal 26.2 g 18.2 g 82.9 g 1.5 g	乳・卵・小麦								
21	金	ご飯 照り焼きハンバーグ さつま芋とコーンのサラダ みそ汁（もやし・焼ふ）	ご飯・さつま芋・パン粉・砂糖・小魚すなっく・焼ふ・油	花かつお・牛乳・豆乳・豚肉・納豆・味噌	あおさ粉・コーン・ブロッコリー・もやし・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 小魚すなっく 牛乳 あおさ粉巻き納豆	514 kcal 19.6 g 15.4 g 79.6 g 0.9 g	乳・小麦	641 kcal 23.9 g 18.2 g 101.9 g 1.1 g	乳・小麦								
22	土	ご飯 カラスカレイのごまみそ焼き きゅうりとトマトのおかかサラダ すまし汁（玉ねぎ・ごぼう） フルーツ（オレンジ）	かぼちゃ&にんじんリング・ごま・ご飯・砂糖・小麦粉・米粉・油	カラスカレイ・花かつお・牛乳・豆乳・味噌	オレンジ・キャベツ・きゅうり・ごぼう・トマト・玉ねぎ	ベーキングパウダー・みりん風調味料・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン 牛乳 米粉のドーナッツ	461 kcal 14.9 g 16.8 g 66.3 g 1.2 g	乳・小麦	570 kcal 17.7 g 20.1 g 84.0 g 1.5 g	乳・小麦								
23	日	ご飯 チキンのコーン炒め 小松菜と大根のしらす煮 みそ汁（さつま芋・ワカメ）	ごま油・ご飯・さつま芋・とうもろこしすなっく・砂糖・小麦粉・油	きな粉・しらす干し・ワカメ・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	コーン・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 とうもろこしすなっく 牛乳 きなこ豆乳パンケーキ	472 kcal 21.1 g 16.2 g 63.6 g 1.5 g	乳・小麦	585 kcal 26.1 g 19.3 g 80.3 g 1.9 g	乳・小麦								
24	月	鉄分強化！ふりかけご飯 ツナポテトコロッケ 鶏肉と豆腐のくずし煮 みそ汁（長ねぎ・油揚げ）	ごませんべい・ご飯・じゃが芋・パン粉・マカロニ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	インゲン・トマト・玉ねぎ・人参・長ねぎ	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 ごませんべい 牛乳 肉みそマカロニ	561 kcal 20.4 g 21.5 g 76.5 g 1.2 g	乳・小麦	698 kcal 25.0 g 26.2 g 96.7 g 1.5 g	乳・小麦								
25	火	ご飯 助宗タラの甘酢漬け 豚肉と大根の炒め煮 みそ汁（ワカメ・焼ふ） ヨーグルト	いわしせんべい・ご飯・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	スケソウタラ・ヨーグルト・ワカメ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・茹小豆缶	パプリカ赤・玉ねぎ・人参・大根	ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・酢・水	牛乳 いわしせんべい 牛乳 ふんわりどら焼き	464 kcal 21.6 g 13.4 g 67.5 g 1.3 g	乳・小麦	568 kcal 26.5 g 15.4 g 84.4 g 1.6 g	乳・小麦								
26	水	ミートスパゲッティ 白菜と人参のツナサラダ スープ（豆腐・ほうれん草）	ご飯・スパゲッティ・ソフトな塩せん・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆腐	インゲン・パイナップル缶・パセリ・ほうれん草・玉ねぎ・人参・白菜	ウスターソース・ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 鶏肉の混ぜ込みおにぎり フルーツ（パイン缶）	519 kcal 22.4 g 19.3 g 66.7 g 1.6 g	乳・小麦	644 kcal 27.7 g 23.5 g 83.3 g 1.9 g	乳・小麦								
27	木	ご飯 白糸タラのココロコ揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁（玉ねぎ・キャベツ） フルーツ（オレンジ）	ご飯・さつま芋・バター・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・片栗粉・油	シロイトタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・冷蔵ベビーチーズCa+Fe	オレンジ・キャベツ・ひじき・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・水	牛乳 小魚せんべい 牛乳 チーズスコーン	514 kcal 19.8 g 18.3 g 72.0 g 1.9 g	乳・小麦	635 kcal 24.2 g 22.1 g 90.0 g 2.4 g	乳・小麦								
28	金	ハヤシライス きゅうりとスナップエンドウのコーンサラダ スープ（小松菜・えのき茸） フルーツ（パイン缶）	ご飯・ごま油・ご飯・しらす&わかめせんべい・バター・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豆乳・豚肉	えのき茸・きゅうり・コーン・スナップエンドウ・パイナップル缶・パセリ・ほうれん草・玉ねぎ・小松菜・人参	ＳＢ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 しらす&わかめせんべい 牛乳 ポパイケーキ	507 kcal 17.9 g 17.2 g 75.1 g 1.8 g	乳・小麦	629 kcal 21.6 g 20.5 g 95.0 g 2.3 g	乳・小麦								
29	土	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの洋風照り焼き 豚肉と大根の煮物 みそ汁（焼ふ・なめこ） フルーツ（オレンジ）	イチゴジャム・ご飯・バター・ほうれん草と小松菜せんべい・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・なめこ・みかん缶・寒天・人参・大根	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 ほうれん草と小松菜せん 牛乳 寒天ポンチ	446 kcal 19.3 g 11.2 g 70.2 g 1.0 g	乳・小麦	543 kcal 23.5 g 12.6 g 87.5 g 1.2 g	乳・小麦								
30	日	ご飯 豆腐とツナの落とし焼き 鶏レバーの甘辛煮 みそ汁（白菜・油揚げ）	ご飯・わかめせんべい・砂糖・小麦粉・油	きな粉・ツナフレーク缶・牛乳・鶏レバー・豆乳・豆腐・味噌・油揚げ	キャベツ・パイナップル缶・玉ねぎ・人参・生姜・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 きなこ玉 フルーツ（パイン缶）	573 kcal 28.4 g 19.9 g 76.0 g 1.3 g	乳・小麦	716 kcal 35.8 g 24.2 g 95.9 g 1.6 g	乳・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ます。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・午後おやつの合計栄養価になります。