

リト	7月	3色食品群				1〜2歳児				3〜5歳児				リト	7月	3色食品群				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			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																																																																																																																																																																																																															
1	土	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 (大根・油揚げ) ヨーグルト	かぼちゃ&にんじんリン グ・ご飯・じゃが芋・パ ター・砂糖・小麦粉・油 揚げ	ステーキ肉・ヨーグル ト・牛乳・豚肉・味噌・ 油揚げ	あおき粉・キャベツ・パセ リ・玉ねぎ・人参・大根	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 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	518 kcal 25.7 g 17.3 g 69.4 g 1.2 g	乳・小麦	647 kcal 32.3 g 20.8 g 88.2 g 1.5 g	乳・小麦	647 kcal 32.3 g 20.8 g 88.2 g 1.5 g	乳・小麦	647 kcal 32.3 g 20.8 g 88.2 g 1.5 g	6	ご飯 豆腐とエビのくずし煮 鶏レバーの甘辛炒め みそ汁 (さつま芋・ワカメ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・片栗粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦・え び	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦・え び	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	16	日	ご飯 豆腐とエビのくずし煮 鶏レバーの甘辛炒め みそ汁 (さつま芋・ワカメ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・片栗粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦・え び	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦・え び	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	17	月	ご飯 豆腐とエビのくずし煮 鶏レバーの甘辛炒め みそ汁 (さつま芋・ワカメ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・片栗粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦・え び	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦・え び	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	18	火	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	19	水	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	20	木	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	21	金	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	22	土	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	23	日	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	24	月	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	25	火	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	26	水	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	27	木	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	28	金	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	29	土	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	30	日	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	31	月	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 (豆腐・花ふ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏 レバー・豆腐・味噌・味 噌	バイナッフル缶・パブリカ 赤・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ お好み焼き	517 kcal 27.3 g 17.9 g 67.5 g 1.1 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g	乳・小麦	645 kcal 34.4 g 21.6 g 85.6 g 1.4 g

※3色食品群は食品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、コンタミ等の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。
 ※1〜2歳児の栄養価は、午前おやつ・昼食・午後おやつ合計栄養価になります。

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	塩分 g
3〜5歳	585/24.1/16.2/85.5/1.6未満	605	25.8	19.2	87.0	1.6
1〜2歳	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	490	21.0	16.1	69.2	1.3

ダイヘイ(株)
取扱いボーター
林家たい平博臣

アサガオが綺麗に
咲いていますね〜

※3色食品群は食品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、コンタミ等の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。
 ※1〜2歳児の栄養価は、午前おやつ・昼食・午後おやつ合計栄養価になります。