		***		1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	14	THE . T T	9 .					(O) (1) (1)	* 3		•		
リト連貫	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 午後おやつ	1~2歳児 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 「乳・卵・小麦・落花生・そ	3~ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	- 5歳児 アレルギー (乳・卵・小麦・落花生・そ	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 午後おやつ	1~2歳児 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 「乳・卵・小麦・落花生・・・・	3~5歳児 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 ボカ・外表・落花生・そ
ご飯鮭の和風ステーキ金 [豚肉とかぶの煮物みそ汁(ごぼう・油揚げ)	ご飯・さつま芋・バタ 4 ー・砂糖・小魚すなっ 9	‡乳・鮭・豆乳・豚肉・		みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油・水・精製塩	牛乳小魚すなっく牛乳カラメル風おふラスク	483 kcal 乳・小麦 22.8 g 18.3 g 61.5 g	599 kcal 28.2 g 22.1 g 77.5 g	乳・小麦	16	鉄分強化!ふりかけご飯 鶏肉のから揚げたれがらめ 土 白菜の煮浸し みそ汁 (チンゲン菜・しめじ)	ご飯・じゃが芋・ソフト	きな粉・牛乳・鶏肉・豆		ふりかけ・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 ソフトな塩せん 牛乳 きな粉蒸しパン	は、えび・かに・くるみ) 500 kcal 乳・小麦 19.6 g 17.6 g 71.6 g	618 kcal 乳・小麦 23.9 g 21.2 g 89.9 g
フルーツ (りんご) 鉄分強化!ふりかけご飯 鶏肉のから揚げたれがらめ 2 土 白菜の煮浸し みそ汁 (チンゲン菜・しめじ)	かぼちゃ&にんじんリン き グ・ご飯・じゃが芋・砂 浮 糖・小麦粉・片栗粉・油		しめじ・チンゲン菜・人 参・生姜・白菜	ありかけ・ベーキングパウ ダー・みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・水	鉄分強化チーズ 牛乳 かぼちゃ&にんじんリン 牛乳 きな粉蒸しパン	1.4 g 497 kcal 乳・小麦 19.5 g 17.6 g	1.8 g 618 kcal 23.9 g 21.2 g 89 9 g	乳・小麦	17 E	ご飯 高野豆腐の豆乳クリーム焼き ヨ 鶏レバーのケチャップ煮 スープ(さつま芋・ワカメ)	芋・パン粉・砂糖・小魚 せんべい・小麦粉・片栗	鶏レバー・鶏肉・高野豆	キャベツ・コーン・パセ リ・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	ケチャップ・みりん風調味 料・酒・出し汁・醤油・ 水・精製塩	牛乳小魚せんべい牛乳キ乳ミニ肉うどん	1.4 g 520 kcal 乳・小麦 26.5 g 14.7 g	1.6 g 643 kcal 乳・小麦 33.2 g 17.3 g 92.6 g
で飯 高野豆腐の豆乳クリーム焼き 3 日 鶏レバーのケチャップ煮	うどん・ご飯・さつま	鶏レバー・鶏肉・高野豆	キャベツ・コーン・パセ リ・ほうれん草・ワカメ・ 玉ねぎ・人参	ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩		1.3 g 1.3 g 1.5 kcal 乳・小麦 26.4 g 14.7 g	1.6 g 643 kcal 33.2 g 17.3 g	乳・小麦	18	カレーライス マカロニサラダ 月 スープ (れんこん・白菜)	粉・油 ご飯・じゃが芋・しらす &わかめせんべい・マカ ロニミックス・砂糖・油		オレンジ・きゅうり・パプ リカ赤・れんこん・黄桃 缶・寒天・玉ねぎ・人参・	粒・酒・出し汁・醤油・	生乳 しらす&わかめせんべい 生乳	1.6 g 492 kcal 乳・小麦 17.8 g 14.3 g	2.0 g 609 kcal 乳・小麦 21.6 g 16.7 g
カレーライスマカロニサラダ	粉・片栗粉・油 ごませんべい・ご飯・じ 4 ゃが芋・マカロニミック 豆	+乳・豆乳・豚肉・茹小	オレンジ・きゅうり・パプ リカ赤・れんこん・黄桃	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・	ミニ肉うどん 牛乳 ごませんべい	72.7 g 1.6 g 494 kcal 乳・小麦 17.9 g	92.6 g 2.0 g 609 kcal 21.6 g	乳・小麦	10	フルーツ(オレンジ) ご飯 助宗タラの竜田焼き	ご飯・ほうれん草と小松 菜せんべい・花ふ・砂		白菜	ベーキングパウダー・みり ん風調味料・出し汁・醤	豆乳フルーツと小豆の二 牛乳 ほうれん草と小松菜せん	78.4 g 1.2 g 485 kcal 乳・小麦 22.2 g	99.6 g 1.5 g 595 kcal 乳・小麦 27.4 g 16.6 g
	ł			酢・水・精製塩 ベーキングパウダー・みり ん風調味料・出し汁・醤	午乳豆乳フルーツと小豆の二牛乳いわしせんべい	14.5 g	99.6 g 1.5 g 610 kcal 27.7 g	乳・小麦		火 キャベツと鶏肉の煮物 みそ汁 (花ふ・ワカメ) フルーツ (柿) けんちんうどん かぼちゃと豚肉のとろみ煮	# ・ 小麦粉・片栗粉・油	チーズ・牛乳・豆腐・豚肉	かぼちゃ・きゅうり・ごぼ う・バナナ・人参・水菜・	油・水 ふりかけ・みりん風調味 料・酒・出し汁・醤油・精	午乳カラメルがけ粉豆腐のレ牛乳わかめせんべい	14.2 g 71.5 g 1.4 g 454 kcal 乳・小麦 18.3 g	89.2 g 1.8 g 555 kcal 乳・小麦 22.1 g
みそ汁(花ふ・ワカメ) アップルゼリー けんちんうどん	 果粉・油 うどん・ご飯・ソフトな 月塩せん・砂糖・片栗粉・ 月	チーズ・牛乳・豆腐・豚	ワカメ・寒天・人参 かぼちゃ・きゅうり・ごぼ	油・水 ぶりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精		14.4 g 73.3 g 1.4 g 448 kcal 乳・小麦	16.7 g 92.2 g 1.8 g 548 kcal	乳・小麦	20 7	水 フルーツ (バナナ) ご飯 カラスカレイの甘酢漬け	油 ごま・ご飯・さつま芋・ 砂糖・小魚すなっく・片		大根・長ねぎ かぶ・パプリカ黄・りん	製塩 酒・出し汁・醤油・酢・水	牛乳 チーズ入りふりかけおに 塩もみきゅうり	14.2 g 67.8 g 1.3 g 476 kcal 乳・小麦	16.5 g 84.8 g 1.6 g 590 kcal 乳・小麦
6 水 フルーツ (柿) ご飯	油		根・長ねぎ	料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 チーズ入りふりかけおに 塩もみきゅうり : 牛乳	17.7 g	15.7 g 85.5 g 1.6 g 590 kcal	乳・小麦	21	木 小松菜のごま和えみそ汁 (かぶ・油揚げ)ヨーグルトご飯	栗粉・油		ご・寒大・玉ねぎ・小松 菜・人参 きゅうり・コーン・ほうれ	ベーキングパウダー・出し	牛乳 さつま芋ようかん フルーツ (りんご) 牛乳	14.9 g 15.5 g 75.7 g 0.9 g 491 kcal 乳・小麦	17.6 g 18.4 g 96.7 g 1.1 g 610 kcal 乳・小麦
	砂糖・小魚せんべい・片 ト 栗粉・油		菜・人参	/ ベーキングパウダー・出し	小魚せんべい 牛乳 さつま芋ようかん フルーツ (りんご)	14.9 g 15.5 g 76.9 g 0.9 g 493 kcal 乳·小麦	17.6 g 18.4 g 96.7 g 1.1 g 610 kcal		22	豆腐と鶏肉のみそ煮 きゅうりとコーンのツナサラダ すまし汁(ほうれん草・ソーメン) 鉄分強化!ふりかけご飯	グ・ごま油・ご飯・ソーメン・砂糖・小麦粉・油	噌・茹小豆缶	ん草・玉ねぎ・人参・水菜 インゲン・かぼちゃ・グリ		かぼちゃ&にんじんリン 牛乳 ふんわりどら焼き	20.3 g 16.7 g 69.0 g 1.3 g 467 kcal 乳・小麦	25.0 g 20.0 g 87.6 g 1.6 g 578 kcal 乳・小麦
豆腐と鶏肉のみそ煮 金 きゅうりとコーンのツナサラダ すまし汁 (ほうれん草・ソーメン)	わかめせんべい・ソーメ		ん草・玉ねぎ・人参・水菜		しらす&わかめせんべい 牛乳 ふんわりどら焼き	20.3 g 16.7 g 69.5 g 1.3 g	25.0 g 20.0 g 87.6 g 1.6 g		23	サガ独化: ありがく 取 助宗タラの照り焼き 土 豚じゃが みそ汁 (玉ねぎ・インゲン) フルーツ (柿)	ろこしすなっく・バタ	• •	インケン・かはらや・ケッ ンピース・トマト・りん ご・レーズン・柿・玉ね ぎ・人参		トれ とうもろこしすなっく 牛乳 スイートパンプキン フルーツ (りんご)	19.9 g 13.2 g 73.8 g 1.0 g	24.4 g 15.3 g 94.1 g 1.2 g
鉄分強化!ふりかけご飯 助宗タラの照り焼き 4 豚じゃが みそ汁(玉ねぎ・インゲン) フルーツ(柿)		スケソウタラ・牛乳・豆 乳・豚肉・味噌	インゲン・かぼちゃ・グリ ンピース・トマト・りん ご・レーズン・柿・玉ね ぎ・人参	ふりかけ・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 スイートパンプキン フルーツ(りんご)	472 kcal 乳・小麦 20.0 g 13.2 g 75.1 g 1.0 g	578 kcal 24.4 g 15.3 g 94.1 g	乳・小麦	24 E	ご飯鶏肉と野菜の醤油炒め日 切干大根サラダみそ汁 (焼ふ・しめじ)		肉・納豆・味噌	あおさ粉・キャベツ・コーン・しめじ・玉ねぎ・人参・切干大根	出し汁・醤油・酢・精製塩	上乳 ごませんべい 牛乳 あおさ粉巻き納豆	482 kcal 乳・小麦 20.4 g 15.8 g 70.7 g	593 kcal 乳・小麦 25.0 g 18.5 g 88.8 g 1.5 g
ご飯	ごま油・ご飯・わかめせ しんべい・砂糖・焼ふ・油 ド	肉・納豆・味噌	あおさ粉・キャベツ・コー ン・しめじ・玉ねぎ・人 参・切干大根	出し汁・醤油・酢・精製塩		1.0 g 1.0 g 1.0 kcal 乳・小麦 20.4 g 15.7 g 70.8 g	593 kcal 25.0 g 18.5 g 88.8 g	乳・小麦	25	ご飯 白糸タラのパン粉焼き 月 玉ねぎの根菜煮 鶏汁 (鶏肉・白菜・油揚げ)	いわしせんべい・ごま・ ごま油・ご飯・パン粉・ 砂糖・小麦粉・米粉・片 栗粉・油・里芋	お・牛乳・鶏肉・味噌・	オレンジ・チンゲン菜・れ んこん・玉ねぎ・人参・白 菜	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油・水・精製塩	牛乳いわしせんべい牛乳里芋の五平餅風	1.2 g 470 kcal 21.6 g 13.2 g 70.3 g	576 kcal 乳・小麦 26.5 g 15.1 g 88.2 g
ご飯白糸タラのパン粉焼き月 玉ねぎの根菜煮鶏汁(鶏肉・白菜・油揚げ)	ごま・ごま油・ご飯・パ シン粉・砂糖・小魚すなっ ま く・小麦粉・米粉・片栗 旅	お・牛乳・鶏肉・味噌・	オレンジ・チンゲン菜・れ んこん・玉ねぎ・人参・白 菜	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油・水・精製塩	牛乳小魚すなっく牛乳里芋の五平餅風	1.2 g 466 kcal 乳・小麦 21.5 g 13.1 g 69.4 g	1.5 g 576 kcal 26.5 g 15.1 g 88.2 g	乳・小麦	26	フルーツ(オレンジ) ご飯 ハンバーグケチャップソース 火 かぶとワカメのサラダ スープ(豆腐・長ねぎ)	」 ご飯・ソフトな塩せん・ パン粉・マカロニミック ス・砂糖・油		かぶ・ワカメ・玉ねぎ・人 参・長ねぎ・白桃缶	ウスターソース・ケチャッ プ・出し汁・醤油・酢・ 水・精製塩	ソフトな塩せん 牛乳 マカロニきなこ	0.9 g 467 kcal 乳・小麦 18.9 g 16.8 g 64.2 g	1.1 g 574 kcal 乳・小麦 23.0 g 20.1 g 79.9 g
フルーツ(オレンジ) ご飯 ハンバーグケチャップソース 12 火 かぶとワカメのサラダ スープ(豆腐・長ねぎ)	かぼちゃ&にんじんリン き グ・ご飯・パン粉・マカ 版 ロニミックス・砂糖・油		かぶ・ワカメ・玉ねぎ・人 参・長ねぎ・白桃缶	. ウスターソース・ケチャップ・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	 牛乳 かぼちゃ&にんじんリン 牛乳 マカロニきなこ	0.9 g	1.1 g 574 kcal 23.0 g 20.1 g 79.9 g	乳・小麦	27 7	ご飯 厚揚げと鶏肉のきのこ煮 水 きゅうりと人参のごまサラダ みそ汁 (なす・ごぼう)	□ ごま・ご飯・バター・り んごジャム・砂糖・小魚 せんべい・小麦粉・片栗 粉・油	乳・味噌		ベーキングパウダー・酒・ 出し汁・醤油・酢・精製塩	· · -	1.1 g 524 kcal 乳・小麦 19.8 g 20.6 g 70.2 g	1.2 g 648 kcal 乳・小麦 24.2 g 25.2 g 87.6 g 1.6 g
ご飯厚揚げと鶏肉のきのこ煮13 水 きゅうりと人参のごまサラダ	しすなっく・バター・り んごジャム・砂糖・小麦			ベーキングパウダー・酒・ 出し汁・醤油・酢・精製塩	フルーツ(白桃缶) 牛乳	1.0 g 519 kcal 乳·小麦 19.7 g 20.6 g	1.2 g 648 kcal 24.2 g 25.2 g 87.6 g	乳・小麦	28	三色丼 かぼちゃの甘辛炒め 木 みそ汁 (大根・万能ねぎ)			かぼちゃ・パプリカ赤・ほ うれん草・玉ねぎ・人参・ 大根・万能ねぎ	酒・出し汁・醤油・水・精製塩		1.3 g 468 kcal 乳·小麦 18.4 g 17.9 g	1.6 g 576 kcal 乳・小麦 22.4 g 21.6 g 80.1 g
三色丼かぼちゃの甘辛炒め	粉・片栗粉・油 ごませんべい・ごま油・ ご飯・砂糖・小麦粉・片 水 東粉・油		かぼちゃ・パプリカ赤・ほ うれん草・玉ねぎ・人参・ 大根・万能ねぎ	酒・出し汁・醤油・水・精 製塩		1.3 g	1.6 g 576 kcal 22.4 g 21.6 g	乳・小麦	29 金 *ン	●舞茸ご飯●鮭とさつま芋の磯風味炒め♪ かぶと豚肉の煮物みそ汁(ごぼう・油揚げ)	芋・バター・ほうれん草 と小松菜せんべい・砂	味噌・油揚げ・冷蔵ベビ	あおさ粉・かぶ・ごぼう・ バナナ・玉ねぎ・人参・水 菜・舞茸	みりん風調味料・酒・出し 汁・醤油・水・精製塩		1.1 g 521 kcal 乳・小麦 23.7 g 19.7 g 67.0 g	1.4 g 644 kcal 乳・小麦 29.4 g 24.0 g
●鮭ちらし寿司 豚肉とかぶの煮物 みそ汁 (ごぼう・油揚げ) フルーツ (りんご)	バター・砂糖・焼ふ・油 🤟			酒・出し汁・醤油・酢・精製塩		64.2 g 1.1 g 464 kcal 乳・小麦 23.2 g 18.6 g	1.4 g 568 kcal 28.6 g 22.4 g	乳・小麦	30	みそ行(こはり・油揚げ) フルーツ (バナナ) 鉄分強化!ふりかけご飯 鶏肉のから揚げたれがらめ 土 白菜の煮浸し みそ汁(チンゲン菜・しめじ)	#・焼ふ・片栗粉・油 ご飯・じゃが芋・わかめ せんべい・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	きな粉・牛乳・鶏肉・豆 乳・味噌	しめじ・チンゲン菜・人 参・生姜・白菜	ふりかけ・ベーキングパウ ダー・みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・水	鉄分強化チーズ	1.5 g 501 kcal 乳·小麦 19.6 g 17.7 g	83.2 g 1.9 g 618 kcal 乳・小麦 23.9 g 21.2 g
年齢 給与栄養目標量 エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分 3~5 歳 585/24.1/16.2/85.5/1.6未満	599	たんぱく質 g 24.7	当月平均給与栄養量 脂質 g 19.1	炭水化物 g 88.0	カラメル風おぶラスク 鉄分強化チーズ 塩分 g 1.5		68.6 g 1.9 g		*調味料の *都合に。	品群は食品中に含まれる栄養素を見た目で分かれています。 のアレルギー表示は弊社でお届けしたものにより、献立を変更する場合がございます。	限ります。また、コンタミ	等のアレルギーの詳細は				1.3 g	89.9 g 1.6 g
1~2 歳 485/20.1/13.5/71.0/1.4未満 赤と黄色の		20.2	16.1	70.0	1.2	で、虫歯予防われています	噛んで食べましょう。 見 ちや消化の負担が減り、 ま	お腹に良いと言	*1~2歳り	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。 -					
*家たい平師匠																	