7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	1～2歳児 たんぱく質	1～2歳児 脂質	1～2歳児 炭水化物	1～2歳児 塩分	1～2歳児 アレルギー（乳・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・くるみ）	3～5歳児 エネルギー	3～5歳児 たんぱく質	3～5歳児 脂質	3～5歳児 炭水化物	3～5歳児 塩分	3～5歳児 アレルギー（乳・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・くるみ）
1	火	ご飯 鶏ささみと野菜のおかか煮 きゅうりのお豆腐ごまサラダ みそ汁（さつま芋・花ふ）	ごま・ごま油・ごま・さつま芋・とうもろこしすなっく・バター・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌・冷蔵ベビーチーズCa+Fe	きゅうり・チンゲン菜・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・酢・精製塩	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 チーズスコーン	501 kcal 23.2 g 17.2 g 67.2 g 1.8 g	乳・小麦	28.9 g 20.7 g 85.2 g 2.3 g	624 kcal	乳・小麦		574 kcal 23.6 g 17.3 g 86.1 g 0.9 g	乳・小麦
2	水	ご飯 助宗タラのムニエル もやしと豚肉の炒り煮 みそ汁（小松菜・油揚げ） ●フルーツ（メロン）	イチゴジャム・ごませんべい・ご飯・バター・砂糖・小麦粉・油	スケソウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・油揚げ	みかん缶・メロン・もやし・寒天・玉ねぎ・小松菜・人参・水菜	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 ごませんべい 牛乳 寒天ポンチ	465 kcal 19.5 g 14.9 g 67.9 g 0.8 g	乳・小麦	17.3 g 85.1 g 0.9 g	570 kcal	乳・小麦		594 kcal 20.9 g 17.6 g 95.3 g 2.0 g	乳・小麦
3	木	夏野菜カレー 大根とズッキーニのサラダ スープ（人参・長ねぎ） ヨーグルト	いわしせんべい・ご飯・砂糖・小麦粉・油	ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豆乳	かぼちゃ・ズッキーニ・パプリカ赤・玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ	ＳＢカレーの王子さま顆粒・ベーキングパウダー・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 いわしせんべい 牛乳 キャロット蒸しパン	483 kcal 17.5 g 15.0 g 75.6 g 1.6 g	乳・小麦	20.9 g 17.6 g 95.3 g 2.0 g	594 kcal	乳・小麦		549 kcal 22.4 g 17.7 g 79.7 g 1.2 g	乳・小麦
4	金	ご飯 ゆで豚のトマトオクラだれ コールスローサラダ みそ汁（じゃが芋・ワカメ）	ごま油・ご飯・じゃが芋・ソフトな塩せん・マカロニ・砂糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・豚肉・味噌	オクラ・キャベツ・きゅうり・コーン・トマト・ワカメ・人参・生姜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 ツナと野菜の 冷やし和風マカロニ	449 kcal 18.5 g 15.0 g 64.0 g 1.1 g	乳・小麦	22.4 g 17.7 g 79.7 g 1.2 g	549 kcal	乳・小麦		678 kcal 22.0 g 21.7 g 104.4 g 1.8 g	乳・小麦
5	土	鉄分強化！ふりかけご飯 しらすのかき揚げ 鶏肉と野菜のバター醤油炒め みそ汁（豆腐・焼ふ） フルーツ（オレンジ）	ご飯・さつま芋・バター・りんごジャム・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・焼ふ・油	しらす干し・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌	オレンジ・ほうれん草・玉ねぎ・人参	ふりかけ・ベーキングパウダー・みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 小魚せんべい 牛乳 豆乳ホットケーキ	546 kcal 18.2 g 18.0 g 82.6 g 1.4 g	乳・小麦	22.0 g 21.7 g 104.4 g 1.8 g	678 kcal	乳・小麦		517 kcal 19.7 g 15.3 g 80.1 g 1.0 g	乳・小麦
6	日	ご飯 豚肉とかぼちゃのみそ炒め 炒り粉豆腐 すまし汁（玉ねぎ・しめじ）	ご飯・しらす＆わかめせんべい・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豆乳・豚肉・粉豆腐・味噌・茹小豆缶	インゲン・かぼちゃ・しめじ・玉ねぎ・人参・白菜	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 しらす＆わかめせんべい 牛乳 豆乳小豆ういろう	519 kcal 19.7 g 15.3 g 80.6 g 1.0 g	乳・小麦	24.2 g 18.1 g 102.6 g 1.2 g	645 kcal	乳・小麦		609 kcal 26.7 g 21.2 g 81.1 g 1.8 g	乳・小麦
7月 レント		●七夕そうめん 鶏肉と野菜の炒め物 じゃが芋のとろみ煮 フルーツ（オレンジ）	ごま油・ご飯・じゃが芋・ソーメン・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豚肉	オクラ・オレンジ・グリンピース・コーン・玉ねぎ・小松菜・人参・大根・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 ほうれん草と小松菜せん 牛乳 ミニチャーハン風	493 kcal 20.9 g 15.1 g 72.1 g 1.2 g	乳・小麦	25.7 g 17.8 g 90.0 g 1.5 g	606 kcal	乳・小麦		610 kcal 23.5 g 13.9 g 102.1 g 1.4 g	乳・小麦
8	火	ご飯 白糸タラの磯風味焼き さつま芋と豚肉の煮物 みそ汁（キャベツ・ごぼう） アップルゼリー	ご飯・さつま芋・わかめせんべい・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・シロイトタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	あおさ粉・キャベツ・ごぼう・りんごジュース・寒天・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 わかめせんべい 牛乳 きな粉蒸しパン	494 kcal 19.3 g 12.3 g 80.6 g 1.1 g	乳・小麦	23.5 g 13.9 g 102.1 g 1.4 g	609 kcal	乳・小麦		595 kcal 22.5 g 18.4 g 90.3 g 1.5 g	乳・小麦
9	水	ご飯 チキンと夏野菜のトマト煮 人参のコーンスパゲティサラダ スープ（チンゲン菜・しめじ）	ご飯・スパゲッティ・砂糖・小魚すなっく・小麦粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・茹小豆缶	カットトマトパック・コーン・しめじ・ズッキーニ・チンゲン菜・パプリカ黄・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 小魚すなっく 牛乳 ふんわりどら焼き	480 kcal 18.6 g 15.5 g 71.0 g 1.2 g	乳・小麦	22.5 g 18.4 g 90.3 g 1.5 g	595 kcal	乳・小麦		572 kcal 26.3 g 19.8 g 78.6 g 1.1 g	乳・小麦
10	木	ご飯 鮭のごま衣焼き 白菜の信田煮 貝だくさん汁（豚肉・玉ねぎ・焼ふ） フルーツ（オレンジ）	かぼちゃ＆にんじんリング・ごま・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	牛乳・鮭・豚肉・味噌・油揚げ	オレンジ・とうもろこし・ほうれん草・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 かぼちゃ＆にんじんリン 牛乳 フライドポテト とうもろこし	463 kcal 21.3 g 16.6 g 62.3 g 0.9 g	乳・小麦	26.3 g 19.8 g 78.6 g 1.1 g	572 kcal	乳・小麦		612 kcal 22.5 g 19.8 g 92.3 g 1.8 g	乳・小麦
11	金	鶏ねぎ丼 かぼちゃときゅうりのサラダ みそ汁（なす・ワカメ）	ごま油・ご飯・とうもろこしすなっく・砂糖・小麦粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・粉豆腐・味噌	かぼちゃ・きゅうり・なす・レーズン・ワカメ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	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 とうもろこしすなっく 牛乳 カラメルかけ粉豆腐の レーズンケーキ	492 kcal 18.5 g 16.6 g 72.5 g 1.4 g	乳・小麦	22.5 g 19.8 g 92.3 g 1.8 g	612 kcal	乳・小麦		610 kcal 30.8 g 17.3 g 88.0 g 1.4 g	乳・小麦
12	土	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラのみそ煮 豚肉と大根のさっぱり炒め すまし汁（じゃが芋・ソーメン） ヨーグルト	ごませんべい・ご飯・じゃが芋・ソーメン・砂糖・小麦粉・油	スケソウタラ・ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豚肉・味噌	あおさ粉・キャベツ・ズッキーニ・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・酢・水・精製塩	牛乳 ごませんべい 牛乳 お好み焼き	495 kcal 24.7 g 14.9 g 70.1 g 1.1 g	乳・小麦	30.8 g 17.3 g 88.0 g 1.4 g	610 kcal	乳・小麦		594 kcal 20.9 g 17.6 g 95.3 g 1.4 g	乳・小麦・えび
13	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）	いわしせんべい・ごま・ご飯・さつま芋・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏レバー・豆乳・豆腐・味噌	チンゲン菜・ピーマン・ワカメ・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	牛乳 いわしせんべい 牛乳 ヘルシーくずもち	465 kcal 22.8 g 15.4 g 63.5 g 1.1 g	乳・小麦・えび	28.1 g 18.1 g 79.0 g 1.4 g	570 kcal	乳・小麦・えび		606 kcal 27.3 g 21.2 g 82.5 g 2.2 g	乳・小麦
14	月	ソース焼きうどん じゃが芋とひじきのツナサラダ みそ汁（小松菜・ごぼう）	うどん・ごま油・ご飯・じゃが芋・ソフトな塩せん・砂糖・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豚肉・味噌	あおさ粉・キャベツ・グリーンアスパラ・ごぼう・ひじき・玉ねぎ・小松菜・人参	ウスターソース・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 混ぜ込みそぼろご飯	491 kcal 22.1 g 17.6 g 66.1 g 1.8 g	乳・小麦	27.3 g 21.2 g 82.5 g 2.2 g	606 kcal	乳・小麦		624 kcal 28.9 g 20.7 g 85.2 g 2.3 g	乳・小麦
15 火	レント	●冷や汁風 ●がね（さつま芋入りかき揚げ） 鶏汁（鶏肉・チンゲン菜・花ふ） アップルゼリー	ごま・ご飯・さつま芋・バター・花ふ・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌・冷蔵ベビーチーズCa+Fe	きゅうり・チンゲン菜・りんごジュース・寒天・人参・生姜	ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 小魚せんべい 牛乳 チーズスコーン	571 kcal 19.8 g 19.7 g 83.5 g 2.0 g	乳・小麦	24.2 g 24.0 g 105.6 g 2.6 g	711 kcal	乳・小麦		574 kcal 23.6 g 17.3 g 86.1 g 0.9 g	乳・小麦

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	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	605	24.8	18.7	90.0	1.6
1～2	歳	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	490	20.2	15.8	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、虫歯予防や消化の負担が減り、お腹に良いと言われています。

タイヘイ（株）
応援サポーター
林家たい平師匠

アサガオが綺麗に咲いていますね～

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	1～2歳児 たんぱく質	1～2歳児 脂質	1～2歳児 炭水化物	1～2歳児 塩分	1～2歳児 アレルギー（乳・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・くるみ）	3～5歳児 エネルギー	3～5歳児 たんぱく質	3～5歳児 脂質	3～5歳児 炭水化物	3～5歳児 塩分	3～5歳児 アレルギー（乳・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・くるみ）
16	水	ご飯 助宗タラのムニエル もやしと豚肉の炒り煮 みそ汁（小松菜・油揚げ） フルーツ（バナナ）	イチゴジャム・ご飯・しらす＆わかめせんべい・バター・砂糖・小麦粉・油	スケソウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・油揚げ	バナナ・みかん缶・もやし・寒天・玉ねぎ・小松菜・人参・水菜	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 しらす＆わかめせんべい 牛乳 寒天ポンチ	466 kcal 19.3 g 14.7 g 68.4 g 0.8 g	乳・小麦	17.3 g 86.1 g 0.9 g	574 kcal	乳・小麦		574 kcal 23.6 g 17.3 g 86.1 g 0.9 g	乳・小麦
17	木	夏野菜カレー 大根とズッキーニのサラダ スープ（人参・長ねぎ） ヨーグルト	ご飯・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・小麦粉・油	ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豆乳	かぼちゃ・ズッキーニ・パプリカ赤・玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ	ＳＢカレーの王子さま顆粒・ベーキングパウダー・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 キャロット蒸しパン	484 kcal 17.4 g 14.9 g 76.0 g 1.6 g	乳・小麦	20.9 g 17.6 g 95.3 g 2.0 g	594 kcal	乳・小麦		594 kcal 20.9 g 17.6 g 95.3 g 2.0 g	乳・小麦
18	金	ご飯 ゆで豚のトマトオクラだれ コールスローサラダ みそ汁（じゃが芋・ワカメ）	ごま油・ご飯・じゃが芋・マカロニ・わかめせんべい・砂糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・豚肉・味噌	オクラ・キャベツ・きゅうり・コーン・トマト・ワカメ・人参・生姜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	牛乳 わかめせんべい 牛乳 ツナと野菜の 冷やし和風マカロニ	450 kcal 18.5 g 15.1 g 64.0 g 1.0 g	乳・小麦	22.4 g 17.7 g 79.7 g 1.2 g	549 kcal	乳・小麦		549 kcal 22.4 g 17.7 g 79.7 g 1.2 g	乳・小麦
19	土	鉄分強化！ふりかけご飯 しらすのかき揚げ 鶏肉と野菜のバター醤油炒め みそ汁（豆腐・焼ふ） フルーツ（オレンジ）	ご飯・さつま芋・バター・りんごジャム・砂糖・小魚すなっく・小麦粉・焼ふ・油	しらす干し・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌	オレンジ・ほうれん草・玉ねぎ・人参	ふりかけ・ベーキングパウダー・みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 小魚すなっく 牛乳 豆乳ホットケーキ	541 kcal 18.2 g 18.0 g 81.4 g 1.4 g	乳・小麦	22.0 g 21.7 g 104.4 g 1.8 g	678 kcal	乳・小麦		678 kcal 22.0 g 21.7 g 104.4 g 1.8 g	乳・小麦
20	日	ご飯 豚肉とかぼちゃのみそ炒め 炒り粉豆腐 すまし汁（玉ねぎ・ぶなしめじ）	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・粉豆腐・味噌・茹小豆缶	インゲン・かぼちゃ・ぶなしめじ・玉ねぎ・人参・白菜	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 かぼちゃ＆にんじんリン 牛乳 豆乳小豆ういろう	517 kcal 19.7 g 15.3 g 80.1 g 1.0 g	乳・小麦	22.0 g 21.7 g 104.4 g 1.2 g	645 kcal	乳・小麦		645 kcal 24.2 g 18.1 g 102.6 g 1.2 g	乳・小麦
21	月	鶏肉の冷やしおろしそうめん じゃが芋と人参のツナ炒め フルーツ（オレンジ）	ごま油・ご飯・じゃが芋・ソーメン・とうもろこしすなっく・砂糖・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豚肉	オレンジ・コーン・玉ねぎ・小松菜・人参・大根・長ねぎ	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 ミニチャーハン風	490 kcal 21.6 g 17.6 g 64.2 g 1.4 g	乳・小麦	24.2 g 21.2 g 81.1 g 1.8 g	609 kcal	乳・小麦		609 kcal 26.7 g 21.2 g 81.1 g 1.8 g	乳・小麦
22	火	ご飯 白糸タラの磯風味焼き さつま芋と豚肉の煮物 みそ汁（キャベツ・ごぼう） アップルゼリー	ごませんべい・ご飯・さつま芋・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・シロイトタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	あおさ粉・キャベツ・ごぼう・りんごジュース・寒天・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 ごませんべい 牛乳 きな粉蒸しパン	495 kcal 19.3 g 12.4 g 80.5 g 1.1 g	乳・小麦	23.5 g 13.9 g 102.1 g 1.4 g	610 kcal	乳・小麦		610 kcal 23.5 g 13.9 g 102.1 g 1.4 g	乳・小麦
23	水	ご飯 チキンと夏野菜のトマト煮 人参のコーンスパゲティサラダ スープ（チンゲン菜・しめじ）	いわしせんべい・ご飯・スパゲッティ・砂糖・小麦粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・茹小豆缶	カットトマトパック・コーン・しめじ・ズッキーニ・チンゲン菜・パプリカ黄・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 ふんわりどら焼き	484 kcal 18.7 g 15.6 g 71.9 g 1.2 g	乳・小麦	22.5 g 18.4 g 90.3 g 1.5 g	595 kcal	乳・小麦		595 kcal 22.5 g 18.4 g 90.3 g 1.5 g	乳・小麦
24	木	ご飯 鮭のごま衣焼き 白菜の信田煮 貝だくさん汁（豚肉・玉ねぎ・焼ふ） フルーツ（オレンジ）	ご飯・ご飯・じゃが芋・ソフトな塩せん・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	牛乳・鮭・豚肉・味噌・油揚げ	オレンジ・とうもろこし・ほうれん草・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 ソフトな塩せん 牛乳 フライドポテト とうもろこし	466 kcal 21.4 g 16.6 g 63.2 g 1.0 g	乳・小麦	26.3 g 19.8 g 78.6 g 1.1 g	572 kcal	乳・小麦		572 kcal 26.3 g 19.8 g 78.6 g 1.1 g	乳・小麦
25	金	鶏ねぎ丼 かぼちゃときゅうりのサラダ みそ汁（なす・ワカメ）	ごま油・ご飯・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・粉豆腐・味噌	かぼちゃ・きゅうり・なす・レーズン・ワカメ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	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 カラメルかけ粉豆腐の レーズンケーキ	497 kcal 18.6 g 16.6 g 73.7 g 1.4 g	乳・小麦	22.5 g 19.8 g 92.3 g 1.8 g	612 kcal	乳・小麦		612 kcal 22.5 g 19.8 g 92.3 g 1.8 g	乳・小麦
26	土	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラのみそ煮 豚肉と大根のさっぱり炒め すまし汁（じゃが芋・ソーメン） ヨーグルト	ご飯・じゃが芋・しらす＆わかめせんべい・ソーメン・砂糖・小麦粉・油	スケソウタラ・ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豚肉・味噌	あおさ粉・キャベツ・ズッキーニ・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・酢・水・精製塩	牛乳 しらす＆わかめせんべい 牛乳 お好み焼き	493 kcal 24.6 g 14.7 g 69.8 g 1.1 g	乳・小麦	30.8 g 17.3 g 88.0 g 1.4 g	610 kcal	乳・小麦		610 kcal 30.8 g 17.3 g 88.0 g 1.4 g	乳・小麦
27	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）	ご飯・ごま・さつま芋・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	エビ・きな粉・牛乳・鶏レバー・豆乳・豆腐・味噌	チンゲン菜・ピーマン・ワカメ・玉ねぎ・人参	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 ヘルシーくずもち	466 kcal 22.7 g 15.3 g 63.9 g 1.1 g	乳・小麦・えび	28.1 g 18.1 g 79.0 g 1.4 g	570 kcal	乳・小麦・えび		570 kcal 28.1 g 18.1 g 79.0 g 1.4 g	乳・小麦・えび
28	月	ソース焼きうどん じゃが芋とひじきのツナサラダ みそ汁（小松菜・ごぼう）	うどん・ごま油・ご飯・じゃが芋・わかめせんべい・砂糖・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豚肉・味噌	あおさ粉・キャベツ・グリーンアスパラ・ごぼう・ひじき・玉ねぎ・小松菜・人参	ウスターソース・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 混ぜ込みそぼろご飯	492 kcal 22.1 g 17.7 g 66.1 g 1.7 g	乳・小麦	27.3 g 21.2 g 82.5 g 2.2 g	606 kcal	乳・小麦		606 kcal 27.3 g 21.2 g 82.5 g 2.2 g	乳・小麦
29	火	ご飯 鶏ささみと野菜のおかか煮 きゅうりのお豆腐ごまサラダ みそ汁（さつま芋・花ふ）	ごま・ごま油・ご飯・さつま芋・バター・花ふ・砂糖・小魚すなっく・小麦粉・片栗粉・油	花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌・冷蔵ベビーチーズCa+Fe	きゅうり・チンゲン菜・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・酢・精製塩	牛乳 小魚すなっく 牛乳 チーズスコーン	501 kcal 23.3 g 17.2 g 67.2 g 1.8 g	乳・小麦	28.9 g 20.7 g 85.2 g 2.3 g	624 kcal	乳・小麦		624 kcal 28.9 g 20.7 g 85.2 g 2.3 g	乳・小麦
30	水	ご飯 助宗タラのムニエル もやしと豚肉の炒り煮 みそ汁（小松菜・油揚げ） フルーツ（バナナ）	イチゴジャム・かぼちゃ＆にんじんリング・ご飯・バター・砂糖・小麦粉・油	スケソウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・油揚げ	バナナ・みかん缶・もやし・寒天・玉ねぎ・小松菜・人参・水菜	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 かぼちゃ＆にんじんリン 牛乳 寒天ポンチ	464 kcal 19.3 g 14.7 g 67.9 g 0.8 g	乳・小麦	17.3 g 86.1 g 0.9 g	574 kcal	乳・小麦		574 kcal 23.6 g 17.3 g 86.1 g 0.9 g	乳・小麦
31	木	夏野菜カレー 大根とズッキーニのサラダ スープ（人参・長ねぎ） ヨーグルト	ご飯・とうもろこしすなっく・砂糖・小麦粉・油	ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豆乳	かぼちゃ・ズッキーニ・パプリカ赤・玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ	ＳＢカレーの王子さま顆粒・ベーキングパウダー・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 キャロット蒸しパン	479 kcal 17.3 g 14.9 g 74.7 g 1.6 g	乳・小麦	20.9 g 17.6 g 95.3 g 2.0 g	594 kcal	乳・小麦		594 kcal 20.9 g 17.6 g 95.3 g 2.0 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。