

リトルキッズ		昼食	3色食品群			3色食品群以外の使用食材	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		午前おやつ(1～2歳児のみ)	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・鶏卵・そば・大豆・小麦)	アレルギー(乳・卵・小麦・鶏卵・そば・大豆・小麦)			
						午後おやつ							
1	日	ご飯 豚肉の治部煮風 さつま芋と枝豆の絡め焼き みそ汁	いわしせんべい・ ご飯・さつま芋・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・豆乳・豆腐・豚肉・味噌・茹小豆缶	チンゲン菜・ワカメ・玉ねぎ・枝豆・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳	574	kcal	乳・小麦	713	kcal	乳・小麦
							いわしせんべい	20.6	g	25.1	g		
2	月	ご飯 鮭の甘辛だれ 小松菜と人参の煮浸し みそ汁 フルーツ(黄桃缶)	ご飯・砂糖・小魚せんべい・片栗粉・油	ちりめん干し・牛乳・鮭・納豆・味噌・油揚げ	トマト・のり・黄桃缶・玉ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳	487	kcal	乳・小麦	594	kcal	乳・小麦
							小魚せんべい	20.5	g	25.1	g		
							牛乳	10.9	g	12.2	g		
							納豆巻き	74.5	g	93.4	g		
3	火	冷やし鶏ソーマン かぼちゃのごまがらめ フルーツ(オレンジ)	ごま・ごま油・しらす&わかめせんべい・ソーメン・バター・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・鉄強化チーズ・豆乳	オレンジ・かぼちゃ・きゅうり・ワカメ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	牛乳	444	kcal	乳・小麦	540	kcal	乳・小麦
							しらす&わかめせんべい	18.2	g	22.0	g		
							牛乳	15.9	g	18.8	g		
							カラメル風おふラスク	56.3	g	69.7	g		
4	水	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイの磯風味焼き ほうれん草と人参のサラダ みそ汁 フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・牛乳・豆乳・味噌	あおさ粉・キャベツ・バナナ・ほうれん草・人参・大根・長ねぎ	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・酢	牛乳	468	kcal	乳・小麦	568	kcal	乳・小麦
							ほうれん草と小松菜せんべい	16.2	g	19.3	g		
							牛乳	13.0	g	15.0	g		
							キャロット蒸しパン	69.3	g	86.3	g		
5	木	●ネコちゃんライス チキンとかいごちんのグラタン風 スープ フルーツ(オレンジ)	うどん・ご飯・バター・パン粉・わかめせんべい・砂糖・小麦粉	ツナフレック缶・牛乳・鶏肉・豆乳	オレンジ・かぼちゃ・しめじ・のり・バセリ・レーズン・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参・水菜	みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳	505	kcal	乳・小麦	620	kcal	乳・小麦
							わかめせんべい	18.6	g	22.5	g		
							牛乳	14.2	g	16.5	g		
							冷やしわかめうどん	75.1	g	94.6	g		
6	金	エビの米粉かき揚げ丼 チンゲン菜と人参の和え物 みそ汁 フルーツ(白桃缶)	ご飯・さつま芋・砂糖・小魚すなっく・米粉・油	エビ・ヨーグルト・牛乳・味噌・油揚げ	グリーンアスパラ・チンゲン菜・寒天・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白桃缶	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳	546	kcal	乳・小麦・えび	680	kcal	乳・小麦・えび
							小魚すなっく	15.6	g	18.5	g		
							牛乳	13.8	g	16.1	g		
							芋ようかん	87.9	g	113.1	g		
7	土	ご飯 鶏肉のケチャップ炒め 炒り粉豆腐 みそ汁	かぼちゃ&にんじんリング・ご飯・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	チーズ・牛乳・鶏肉・粉豆腐・味噌	キャベツ・グリーンピース・コーン・ピーマン・玉ねぎ・人参	ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳	524	kcal	乳・卵・小麦	651	kcal	乳・卵・小麦
							かぼちゃ&にんじんリング	19.3	g	23.6	g		
							牛乳	17.2	g	20.7	g		
							パワフルおにぎり	70.4	g	89.5	g		
8	日	ご飯 豆腐の和風野菜あん 鶏レバーのかりん焼き すまし汁	ごま・ご飯・とうもろこしすなっく・バター・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏レバー・豆腐	インゲン・ブロッコリー・ほうれん草・玉ねぎ・人参・白菜	ウスターソース・ケチャップ・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	488	kcal	乳・小麦	602	kcal	乳・小麦
							とうもろこしすなっく	19.6	g	24.0	g		
							牛乳	15.9	g	18.9	g		
							ポパイケーキ	65.7	g	83.2	g		
9	月	ご飯 豚ひき肉とキャベツのみそ炒め 大根のツナサラダ すまし汁	ごま・せんべい・ご飯・バター・砂糖・焼ふ・油	ツナフレック缶・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	かぼちゃ・キャベツ・レーズン・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳	483	kcal	乳・小麦	589	kcal	乳・小麦
							ごま・せんべい	16.8	g	20.1	g		
							牛乳	15.9	g	18.6	g		
							豆乳スイートパンキン	67.0	g	83.8	g		
10	火	ご飯 鮭のコロコロ甘辛揚げ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁 フルーツ(パイナップ缶)	イチゴジャム・いわしせんべい・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	おから・牛乳・鶏肉・鮭・豆乳・味噌	インゲン・チンゲン菜・パイナップル缶・玉ねぎ・人参	ベーキングパウダー・みりん風調味料・出し汁・醤油・水	牛乳	516	kcal	乳・小麦	635	kcal	乳・小麦
							いわしせんべい	20.6	g	25.1	g		
							牛乳	14.3	g	16.6	g		
							おからホットケーキ	74.9	g	94.4	g		
11	水	ご飯 豚肉と夏野菜のトマト煮込み ほうれん草のコーンサラダ みそ汁	ごま・ごま油・ご飯・砂糖・小魚せんべい・油	牛乳・豆乳・豚肉・味噌・油揚げ・茹小豆缶	カットトマトパック・かぼちゃ・コーン・なす・ほうれん草・ワカメ・寒天・玉ねぎ	ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水	牛乳	476	kcal	乳・小麦	579	kcal	乳・小麦
							小魚せんべい	19.1	g	23.2	g		
							牛乳	15.3	g	18.1	g		
							豆乳ごま寒天あんこのせ	63.9	g	79.1	g		
12	木	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの照り焼き 鶏肉と白菜のひじき煮 みそ汁 フルーツ(洋梨缶)	ご飯・しらす&わかめせんべい・バター・砂糖・小麦粉・油	スケソウダラ・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	インゲン・ごぼう・パイナップル缶・ひじき・玉ねぎ・人参・白菜・洋なし缶	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	牛乳	513	kcal	乳・小麦	633	kcal	乳・小麦
							しらす&わかめせんべい	19.9	g	24.3	g		
							牛乳	16.5	g	19.6	g		
							パイナップルケーキ	69.5	g	87.5	g		
13	金	ボークカレーライス カリフラワーとアスパラのサラダ フルーツ(みかん缶)	ご飯・じゃが芋・スパゲッティ・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・油	牛乳・鶏肉・豚肉	アスパラ・カリフラワー・グリーンピース・みかん缶・玉ねぎ・人参	SBカラーの王子さま顆粒・ウスターソース・ケチャップ・酒・酢・水・精製塩	牛乳	509	kcal	乳・小麦	624	kcal	乳・小麦
							しらす&わかめせんべい	17.8	g	21.5	g		
							牛乳	13.9	g	16.2	g		
							ミニボリタン	76.0	g	95.3	g		
14	土	ご飯 白糸タラのムニエル 鶏肉とキャベツのおかか・和え みそ汁 フルーツ(パイナップ缶)	ご飯・バター・わかめせんべい・砂糖・小麦粉・油	シロイトタラ・花かつお・牛乳・鶏肉・味噌	かぼちゃ・キャベツ・コーン・パイナップル缶・小松菜・人参・長ねぎ・洋なし缶	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳	419	kcal	乳・小麦	504	kcal	乳・小麦
							わかめせんべい	19.7	g	24.0	g		
							牛乳	8.8	g	9.2	g		
							かぼちゃ茶巾	64.1	g	79.8	g		
15	日	ご飯 豚肉の治部煮風 れんこんと枝豆の絡め焼き みそ汁	ご飯・砂糖・小魚すなっく・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・豆乳・豆腐・豚肉・味噌・茹小豆缶	チンゲン菜・れんこん・ワカメ・玉ねぎ・枝豆・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳	550	kcal	乳・小麦	686	kcal	乳・小麦
							小魚すなっく	20.5	g	25.1	g		
							牛乳	12.2	g	13.9	g		
							豆乳小豆ういろう	87.1	g	112.1	g		
年齢		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	609	22.9	16.4	90.5	1.5						
1～2歳		485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	496	18.8	14.1	71.8	1.2						

食べ物は「噛んで」食べてほしい。良く

		3色食品群				3色食品群以外の 使用食材		1～2歳児		3～5歳児			
リ トル キ ッズ	昼 食	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	午後おやつ	午前おやつ(1～2歳児のみ)	アレルギー (乳・卵・小麦・鶏卵・そば・大豆・小麦)		アレルギー (乳・卵・小麦・鶏卵・そば・大豆・小麦)		
		かぼちゃ&にんじん リング・ごま油・ご飯・砂 糖・片栗粉・油			ちりめん干し・牛乳・ 鶏肉・鮭・味噌・油揚 げ	アスパラ・スナップ・ア ンドウ・黄桃缶・玉ねぎ・ 小松菜・人参		牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ 牛乳 和風じゃこそぼろチャー ハン	499 20.6 12.5 73.0 1.2	kcal g g g g	617 25.4 14.3 93.0 1.5	kcal g g g g	乳・小麦
16	月	ご飯 鮭の甘辛だれ 小松菜と人参の煮浸し みそ汁 フルーツ(黄桃缶)	冷やし鶏ソーメン かぼちゃのごまがらめ フルーツ(洋梨缶)	ごま・ごま油・ソーメン ・とうもろこしすなっ く・バター・砂糖・焼 ふ・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・鉄強化 チーズ・豆乳	オクラ・かぼちゃ・ワカ メ・人参・洋なし缶	みりん風調味料・酒・出 し汁・醤油・酢・水	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 カラメル風おふラスク 鉄分強化チーズ	448 22.3 15.8 56.8 1.7 <td>kcal g g g g</td> <td>548 22.3 18.8 71.1 2.2<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦</td></td>	kcal g g g g	548 22.3 18.8 71.1 2.2 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦</td>	kcal g g g g	乳・小麦
17	火												
18	水	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイの磯風味焼き ほうれん草と人参のサラダ みそ汁 ヨーグルト		ごま・せんべい・ごま 油・ご飯・砂糖・小麦 粉・油	カラスカレイ・ヨーグ ルト・牛乳・豆乳・味 噌	あおさ粉・キャベツ・ほ うれん草・人参・大根・長 ねぎ	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・ 酢・水	牛乳 ごま・せんべい 牛乳 キャロット蒸しパン	479 17.2 14.1 68.1 1.3 <td>kcal g g g g</td> <td>583 20.7 16.2 85.3 1.6<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦</td></td>	kcal g g g g	583 20.7 16.2 85.3 1.6 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦</td>	kcal g g g g	乳・小麦
19	木	イ ベ ン ト 献 立	ご飯 鶏肉の竜田焼き かぼちゃのバターソテー ●冷やし汁風(宮崎県) フルーツ(オレンジ)	いわし・せんべい・うど ん・ご飯・バター・片 栗粉・油	ツナフレック缶・牛 乳・鶏肉・味噌	オレンジ・かぼちゃ・ きゅうり・ワカメ・玉ねぎ・ 小松菜・人参・水菜	みりん風調味料・出し 汁・醤油・精製塩	牛乳 いわし・せんべい 牛乳 冷やしわかめうどん	489 17.6 13.8 72.6 1.5 <td>kcal g g g g</td> <td>598 21.1 15.9 91.3 1.9<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦</td></td>	kcal g g g g	598 21.1 15.9 91.3 1.9 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦</td>	kcal g g g g	乳・小麦
20	金		エビの米粉かき揚げ丼 チンゲン菜と人参の和え物 みそ汁 フルーツ(バナナ)	ご飯・さつま芋・砂糖・ 小魚せんべい・米粉・ 油	エビ・ヨーグルト・牛 乳・味噌・油揚げ	グリーンアスパラ・チン ゲン菜・バナナ・寒天・ 玉ねぎ・人参・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出 し汁・醤油・水	牛乳 小魚せんべい 牛乳 芋ようかん ヨーグルト	546 15.6 13.8 88.2 1.1 <td>kcal g g g g</td> <td>674 18.5 16.1 111.9 1.4<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦・え び</td></td>	kcal g g g g	674 18.5 16.1 111.9 1.4 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦・え び</td>	kcal g g g g	乳・小麦・え び
21	土	ご飯 鶏肉のケチャップ炒め 炒り粉豆腐 みそ汁		ご飯・しらす&わかめ せんべい・マヨネーズ ・砂糖・小麦粉・焼 ふ・油	チーズ・牛乳・鶏肉・ 粉豆腐・味噌	キャベツ・グリーンピー ス・コーン・ピーマン・玉 ねぎ・人参	ウスターソース・ケ チャップ・ふりかけ・出し 汁・醤油・水・精製塩	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 パワフルおにぎり スティック野菜	526 19.4 17.3 71.0 1.2 <td>kcal g g g g</td> <td>651 23.6 20.7 89.5 1.5<td>kcal g g g g</td><td>乳・卵・小麦</td></td>	kcal g g g g	651 23.6 20.7 89.5 1.5 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・卵・小麦</td>	kcal g g g g	乳・卵・小麦
22	日	ご飯 豆腐の和風野菜あん 鶏レバーのかりん焼き すまし汁		ごま・ご飯・バター・ほ うれん草と小松菜せん べい・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	牛乳・鶏レバー・豆 乳・豆腐	インゲン・ブロッコリー ・ほうれん草・玉ねぎ・人 参・白菜	ウスターソース・ケ チャップ・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 ほうれん草と小松菜せんべい 牛乳 ポパイケーキ	493 19.6 15.9 67.1 1.5 <td>kcal g g g g</td> <td>602 23.9 18.9 83.3 1.9<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦</td></td>	kcal g g g g	602 23.9 18.9 83.3 1.9 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦</td>	kcal g g g g	乳・小麦
23	月	ご飯 豚ひき肉とキャベツのみそ炒め 大根のツナサラダ すまし汁		ご飯・バター・わかめ せんべい・砂糖・焼 ふ・油	ツナフレック缶・牛 乳・豆乳・豚肉・味噌	かぼちゃ・キャベツ・ レーズン・玉ねぎ・小松 菜・人参・大根	みりん風調味料・酒・出 し汁・醤油・酢・水・精製 塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 豆乳スイートパンキン	487 16.7 15.8 68.3 1.0 <td>kcal g g g g</td> <td>595 20.0 18.6 85.5 1.2<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦</td></td>	kcal g g g g	595 20.0 18.6 85.5 1.2 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦</td>	kcal g g g g	乳・小麦
24	火	ご飯 鮭のコロコロ甘辛揚げ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁 フルーツ(梨)		イチゴジャム・ご飯・ じゃが芋・砂糖・小魚 すなっく・小麦粉・片 栗粉・油	おから・牛乳・鶏肉・ 鮭・豆乳・味噌	チンゲン菜・玉ねぎ・人 参・水菜・梨	ベーキングパウダー・ みりん風調味料・出し 汁・醤油・水	牛乳 小魚すなっく 牛乳 おからホットケーキ	505 20.5 14.2 72.4 1.2 <td>kcal g g g g</td> <td>625 25.1 16.6 92.2 1.5<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦</td></td>	kcal g g g g	625 25.1 16.6 92.2 1.5 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦</td>	kcal g g g g	乳・小麦
25	水	ご飯 豚肉と夏野菜のトマト煮込み ほうれん草のコーンサラダ みそ汁		かぼちゃ&にんじんリン グ・ごま・ごま油・ご 飯・砂糖・油	牛乳・豆乳・豚肉・味 噌・油揚げ・茹小豆缶	カットトマトパック・か ぼちゃ・コーン・なす・ほ うれん草・ワカメ・寒天・ 玉ねぎ	ケチャップ・酒・出し汁・ 醤油・酢・水	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン グ 牛乳 豆乳ごま寒天あんこのせ	462 19.0 14.3 63.0 1.0 <td>kcal g g g g</td> <td>567 23.2 16.7 79.5 1.2<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦</td></td>	kcal g g g g	567 23.2 16.7 79.5 1.2 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦</td>	kcal g g g g	乳・小麦
26	木	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの照り焼き 鶏肉と白菜のひじき煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)		ご飯・とうもろこしす なっく・バター・砂糖・ 小麦粉・油	スケソウダラ・牛乳・鶏 肉・豆乳・味噌	インゲン・オレンジ・ご ぼう・パイナップル缶・ ひじき・玉ねぎ・人参・ 白菜	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	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 パイナップルケーキ	506 19.9 16.4 68.0 1.5 <td>kcal g g g g</td> <td>626 24.4 19.6 86.3 1.9<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦</td></td>	kcal g g g g	626 24.4 19.6 86.3 1.9 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦</td>	kcal g g g g	乳・小麦
27	金	ボークカレーライス カリフラワーとアスパラのサラダ フルーツ(バナナ)		ごま・せんべい・ご飯・ じゃが芋・スパゲッ ティ・砂糖・油	牛乳・鶏肉・豚肉	アスパラ・カリフラワー・ グリーンピース・バナナ・ 玉ねぎ・人参	SBカラーの王子さま顆 粒・ウスターソース・ケ チャップ・酒・酢・水・精 製塩	牛乳 ごま・せんべい 牛乳 ミナボリタン	506 17.8 14.1 75.1 1.2 <td>kcal g g g g</td> <td>620 21.5 16.2 94.8 1.5<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦</td></td>	kcal g g g g	620 21.5 16.2 94.8 1.5 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦</td>	kcal g g g g	乳・小麦
28	土	ご飯 白糸タラのムニエル 鶏肉とキャベツのおかか・和え みそ汁 フルーツ(梨)		いわし・せんべい・ご 飯・バター・砂糖・小 麦粉・油	シロイトタラ・花かつ お・牛乳・鶏肉・味噌	かぼちゃ・キャベツ・ コーン・トマト・小松菜・ 長ねぎ・白桃缶・梨	酒・出し汁・醤油・酢・精 製塩	牛乳 いわし・せんべい 牛乳 かぼちゃ茶巾 フルーツ(白桃缶)	414 19.8 8.8 63.0 0.7 <td>kcal g g g g</td> <td>497 24.0 9.2 78.3 0.8<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦</td></td>	kcal g g g g	497 24.0 9.2 78.3 0.8 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦</td>	kcal g g g g	乳・小麦
29	日	ご飯 豚肉の治部煮風 さつま芋と枝豆の絡め焼き みそ汁		ご飯・さつま芋・砂糖・ 小魚せんべい・小麦 粉・片栗粉・油	牛乳・豆乳・豆腐・豚 肉・味噌・茹小豆缶	チンゲン菜・ワカメ・玉 ねぎ・枝豆・人参	みりん風調味料・酒・出 し汁・醤油・水	牛乳 小魚せんべい 牛乳 豆乳小豆ういろう	575 20.5 12.3 93.2 0.9 <td>kcal g g g g</td> <td>713 25.1 14.0 118.7 1.1<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦</td></td>	kcal g g g g	713 25.1 14.0 118.7 1.1 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦</td>	kcal g g g g	乳・小麦
30	月	ご飯 鮭の甘辛だれ 小松菜と人参の煮浸し みそ汁 フルーツ(黄桃缶)		ご飯・しらす&わかめ せんべい・砂糖・片栗 粉・油	ちりめん干し・牛乳・ 鮭・納豆・味噌・油揚 げ	トマト・のり・黄桃缶・玉 ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・出し 汁・醤油・酢・水・精製 塩	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 納豆巻き	484 20.5 11.0 73.9 1.0 <td>kcal g g g g</td> <td>594 25.1 12.2 93.4 1.2<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦</td></td>	kcal g g g g	594 25.1 12.2 93.4 1.2 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦</td>	kcal g g g g	乳・小麦
31	火	冷やし鶏ソーメン かぼちゃのごまがらめ フルーツ(オレンジ)		ごま・ごま油・ソーメン ・バター・ほうれん 草と小松菜せんべ い・砂糖・焼ふ・片栗 粉・油	牛乳・鶏肉・鉄強化 チーズ・豆乳	オレンジ・かぼちゃ・ きゅうり・ワカメ・人参	みりん風調味料・酒・出 し汁・醤油・酢・水	牛乳 ほうれん草と小松菜せんべい 牛乳 カラメル風おふラスク 鉄分強化チーズ	447 18.2 15.8 57.0 1.7 <td>kcal g g g g</td> <td>540 22.0 18.8 69.7 2.2<td>kcal g g g g</td><td>乳・小麦</td></td>	kcal g g g g	540 22.0 18.8 69.7 2.2 <td>kcal g g g g</td> <td>乳・小麦</td>	kcal g g g 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歳児の栄養量は、午前おやつ・昼食・午後おやつのご合計栄養価になります。



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。



夏はたのしいことがいっぱいあるね～

タイハイ(株)
応援サポーター
林家たい平師匠

