

年齢	性別	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	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	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
1	金	●中華まき風混ぜ込みごはん ●かぼとハンバーグ 貝だくさんスープ (チンゲン菜・大根・フルーツ (オレンジ))	ごま油・ご飯・パン粉・わかめせんべい・砂糖・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆腐・冷蔵ベビーチーズCa+Fe	オレンジ・かぼちゃ・グリーンアスパラ・コーン・チンゲン菜・ぶなしめじ・リンデン・玉ねぎ・人参・大根	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 かぼちゃ茶巾 鉄分強化チーズ	504 kcal 20.8 g 20.1 g 66.5 g 1.6 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
2	土	ご飯 カラスカレイの煮付け きゅうりとトマトのおかかサラダ 鶏汁 (鶏肉・豆腐・ワカメ) フルーツ (白桃缶)	ごま油・ご飯・砂糖・小魚すなっく・焼ふ・片栗粉・油	カラスカレイ・きな粉・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・味噌	きゅうり・トマト・パイナップル缶・ワカメ・人参・白桃缶	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 きな粉おふレンチ フルーツ (パイナップル)	431 kcal 19.1 g 13.5 g 62.0 g 0.9 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
3	日	ご飯 豚肉のケチャップ炒め マカロニコーン胡麻サラダ みそ汁 (小松菜・かぼちゃ)	かぼちゃ&にんじんリング・ごま・ご飯・マカロニ160P・砂糖・米粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・豆腐・豚肉・味噌	かぼちゃ・コーン・玉ねぎ・小松菜・人参	ウスターソース・ケチャップ・ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・酢・水	牛乳 かぼちゃ&にんじんリング 牛乳 米粉のカaramelケーキ	528 kcal 19.3 g 17.1 g 79.2 g 1.2 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
4	月	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏の唐揚げ 切干大根煮 みそ汁 (ほうれん草・長ねぎ)	ご飯・とうもろこしすなっく・バター・りんごジャム・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	ブロッコリー・ほうれん草・レズン・玉ねぎ・人参・生姜・切干大根・長ねぎ	ベーキングパウダー・みりん風調味料・殺物ふりかけ・酒・出し汁・醤油	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 ふんわりスコーン	522 kcal 18.5 g 20.0 g 71.4 g 1.3 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
5	火	ご飯 白系タラのポテト焼き 玉ねぎと鶏肉の炒め煮 みそ汁 (大根・ぶなしめじ) フルーツ (洋なし缶)	いわしせんべい・ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイトタラ・牛乳・鶏肉・豆腐・粉豆腐・味噌	インゲン・ぶなしめじ・玉ねぎ・人参・青ねぎ・大根・洋なし缶	ケチャップ・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 粉豆腐のねぎチヂミ	504 kcal 25.8 g 14.9 g 70.2 g 1.3 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
6	水	豚肉と野菜のわかめうどん かぼちゃのパン粉焼き アップルゼリー	うどん・ご飯・ソフトな塩せん・パン粉・砂糖・油	チーズ・牛乳・豚肉	かぼちゃ・キャベツ・グリーンピース・パセリ・りんごジュース・ワカメ・黄桃缶・栗・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩・大豆ふりかけ	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 アップルおにぎり フルーツ (黄桃缶)	491 kcal 18.7 g 14.5 g 74.1 g 1.5 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
7	木	ご飯 高野豆腐の肉野菜あんかけ 白菜と人参のサラダ みそ汁 (さつまいも・ぶなしめじ)	イチゴジャム・ごま油・ご飯・さつまいも・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・高野豆腐・豆腐・味噌	ぶなしめじ・玉ねぎ・人参・大根菜・白菜	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 小魚せんべい 牛乳 豆腐ホットケーキ	457 kcal 18.4 g 12.4 g 71.7 g 1.1 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
8	金	ご飯 豚肉のごま味噌炒め 玉ねぎとかぼちゃの信田煮 みそ汁 (豆腐・ワカメ)	ごま・ご飯・しらす&わかめせんべい・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	かぼちゃ・パイナップル缶・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	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 小魚せんべい 牛乳 豆腐ホットケーキ	500 kcal 19.5 g 16.3 g 73.7 g 1.3 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
9	土	鉄分強化！ふりかけご飯 助産タラの甘酢あん 春雨サラダ みそ汁 (チンゲン菜・長ねぎ) ヨーグルト	イチゴジャム・ご飯・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・春雨・片栗粉・油	スケソウタラ・ヨーグルト・牛乳・豆腐・味噌	インゲン・きゅうり・チンゲン菜・みかん缶・寒天・玉ねぎ・赤ゼリー・長ねぎ	出し汁・醤油・酢・水・精製塩・大豆ふりかけ	牛乳 ほうれん草と小松菜せんべい 牛乳 寒天ポンチ	441 kcal 15.9 g 10.0 g 76.0 g 0.9 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
10	日	ご飯 豆腐と野菜のくずし煮 鶏レバーと玉ねぎのおおき炒め みそ汁 (油揚げ・焼ふ)	ご飯・わかめせんべい・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	きな粉・牛乳・鶏レバー・豆腐・味噌・油揚げ	あおき粉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・青ねぎ・洋なし缶	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	牛乳 わかめせんべい 牛乳 きなこ玉 フルーツ (洋なし缶)	535 kcal 25.9 g 19.4 g 70.5 g 1.0 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
11	月	ご飯 鶏肉と白菜の麻婆炒め風 トマトのコンソメスープ (人参・ワカメ)	ごま油・ご飯・砂糖・小魚すなっく・米粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・鶏小豆缶	コーン・チンゲン菜・トマト・ワカメ・玉ねぎ・人参・生姜・白菜	ベーキングパウダー・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 小魚すなっく 牛乳 米粉のホットケーキ	494 kcal 18.1 g 14.8 g 76.6 g 1.3 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
12	火	豚のバター醤油スパゲッティ 大根と人参のひじきサラダ チキンスープ (鶏肉・小松菜・豆腐)	かぼちゃ&にんじんリング・ごま油・ご飯・スパゲッティ・バター・砂糖・小麦粉	しらす干し・牛乳・鶏肉・鮭・豆腐	キャベツ・ひじき・玉ねぎ・小松菜・人参・大根・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 かぼちゃ&にんじんリング 牛乳 ミニしらすチャーハン	470 kcal 24.8 g 15.1 g 63.0 g 1.5 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
13	水	ポークカレーライス ほうれん草とパプリカの和え物 スープ (もやし・インゲン) フルーツ (バナナ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・とうもろこしすなっく・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆腐・豚肉	インゲン・バナナ・パプリカ赤・ほうれん草・もやし・玉ねぎ・人参	S Bカレーの王子さま顆粒・ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 肉まん風	497 kcal 20.8 g 15.9 g 73.6 g 1.7 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
14	木	ご飯 豆腐と鶏肉のとりみ煮 さつま芋サラダ みそ汁 (焼ふ・えのき茸)	いわしせんべい・ご飯・さつま芋・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	きな粉・牛乳・鶏肉・豆腐・味噌	えのき茸・きゅうり・寒天・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	牛乳 わかめせんべい 牛乳 きな粉豆腐寒天	465 kcal 19.2 g 15.9 g 67.2 g 0.8 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
15	金	ご飯 照り焼きハンバーグ もやしとツナの炒め煮 スープ (チンゲン菜・コーン)	ごま油・ご飯・ソフトな塩せん・パン粉・砂糖・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆腐・冷蔵ベビーチーズCa+Fe	かぼちゃ・グリーンアスパラ・コーン・チンゲン菜・もやし・レズン・玉ねぎ・人参	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 かぼちゃ茶巾 鉄分強化チーズ	481 kcal 19.4 g 18.6 g 65.2 g 1.6 g	乳成分・小麦	午前おやつ (1〜2歳児)	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
年齢	性別	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量														
3〜5歳	女	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										
1〜2歳	女	585/24.1/16.2/85.5/1.6未満	601	24.8	18.7	89.2	1.5										
		485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	487	20.3	15.8	70.8	1.2										

※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歳児の栄養量は、午前おやつ・昼食・午後おやつ合計栄養量になります。