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	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分	1〜2歳児 アレルギー（魚・卵・小麦・蕎麦・落花生（ピーナッツ）・そば・えび・かに・くるみ・カシューナッツ）	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分	3〜5歳児 アレルギー（魚・卵・小麦・蕎麦・落花生（ピーナッツ）・そば・えび・かに・くるみ・カシューナッツ）
1	水	ご飯 白茶タラのムニエル もやしと豚肉の炒り煮 みそ汁（チンゲン菜・油揚げ） ●フルーツ（メロン）	ご飯・しらす&わかめせんべい・バター・砂糖・小麦粉・油	シロイトタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・油揚げ	チンゲン菜・メロン・もやし・玉ねぎ・人参・水菜	ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 キャロット蒸しパン	465 20.9 15.2 65.4 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦	572 25.8 18.0 82.1 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦	591 27.1 17.0 98.3 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦
2	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	イチゴジャム・ご飯・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・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・みかん缶・寒天・玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ	ＳＢカレーの主子さま顆粒・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 寒天ポンチ	482 15.5 14.5 78.2 1.3	kcal g g g g	乳成分・小麦	591 18.4 17.0 98.3 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	562 22.8 19.2 80.2 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦
3	金	ご飯 ゆで豚のトマトオクラだれ キャベツのごま炒め みそ汁（じゃが芋・ワカメ）	ごま・ごま油・ご飯・じゃが芋・マカロニ160P・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	牛乳 わかめせんべい 牛乳 ツナと野菜の冷やし和風	459 18.8 16.2 64.4 1.0	kcal g g g g	乳成分・小麦	562 22.8 19.2 80.2 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	562 22.8 19.2 80.2 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦
4	土	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・バター・りんごジャム・砂糖・小魚すなっく・小麦粉・焼ふ・片栗粉・油	しらす干し・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌	オレンジ・なす・ほうれん草・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・水・精製塩	牛乳 小魚すなっく 牛乳 豆乳ホットケーキ	497 19.4 15.3 75.0 1.3	kcal g g g g	乳成分・小麦	618 23.6 18.1 95.7 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	618 23.6 18.1 95.7 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦
5	日	ご飯 豚肉とかぼちゃのみそ炒め ツナ炒り粉豆腐 すまし汁（ソーメン・油揚げ）	かぼちゃ&にんじんリング・ご飯・ソーメン・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・豆乳・豚肉・粉豆腐・味噌・油揚げ・麩小豆缶	かぼちゃ・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	564 21.9 18.2 82.5 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦	709 27.1 22.0 105.8 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦	709 27.1 22.0 105.8 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦
6	月	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの磯風味焼き さつま芋と豚肉の煮物 みそ汁（小松菜・ごぼう） フルーツ（オレンジ）	ご飯・さつまいも・とうもろこしすなっく・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・スケソウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	あおさ粉・オレンジ・ごぼう・小松菜・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 とうもろこしすなっく 牛乳 きな粉蒸しパン	481 19.8 12.1 77.4 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	597 24.3 13.8 99.0 1.5	kcal g g g g	乳成分・小麦	597 24.3 13.8 99.0 1.5	kcal g g g g	乳成分・小麦
7 火	ント	●七夕そうめん 鶏肉と野菜の炒め物 じゃが芋のとろみ味噌煮 アップルゼリー	いわしせんべい・ごま油・ご飯・じゃが芋・ソーメン・砂糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豚肉・味噌	オクラ・キャベツ・グリンピース・コーン・りんごジュース・寒天・玉ねぎ・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 いわしせんべい 牛乳 ミニチャーハン風	503 20.7 15.4 74.3 1.3	kcal g g g g	乳成分・小麦	621 25.2 18.1 93.6 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	621 25.2 18.1 93.6 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦
8	水	ご飯 チンタと夏野菜のトマト煮 きゅうりと人参のサラダ スープ（チンゲン菜・しめじ）	ごま油・ご飯・ソフトな塩せん・砂糖・小麦粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・粉豆腐	カットトマト缶・きゅうり・しめじ・ズッキーニ・チンゲン菜・パプリカ黄・レーズン・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 ソフトな塩せん 牛乳 カラメルがけ粉豆腐のし	494 20.0 17.8 68.1 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦	610 24.4 21.5 85.2 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	610 24.4 21.5 85.2 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦
9	木	ご飯 鮭のごま衣焼き 白菜の信田煮 具だくさん汁（豚肉・玉ねぎ・焼ふ） フルーツ（オレンジ）	ごま・ご飯・じゃが芋・砂糖・小魚せんべい・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 小魚せんべい 牛乳 フライドポテト とうもろこし	450 20.8 16.4 60.1 0.9	kcal g g g g	乳成分・小麦	548 25.5 19.6 74.0 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦	548 25.5 19.6 74.0 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦
10	金	鶏ねぎ丼 かぼちゃのスパゲティサラダ みそ汁（なす・ワカメ）	ご飯・しらす&わかめせんべい・スパゲッティ・砂糖・油	牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	かぼちゃ・きゅうり・なす・バナナ・ワカメ・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・精製塩	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 バナナ寒天アイス	430 16.1 13.8 64.8 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	525 19.3 16.1 81.3 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	525 19.3 16.1 81.3 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦
11	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・ソーメン・ほうれん草と小松菜せんべい・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・みりん風調味料・酒・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 牛乳 お好み焼き	496 24.7 14.7 70.6 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦	610 30.8 17.3 88.0 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦	610 30.8 17.3 88.0 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦
12	日	ご飯 豆腐とエビのくずし煮 鶏レバーの野菜炒め みそ汁（さつまいも・ワカメ）	ご飯・さつまいも・わかめせんべい・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	エビ・牛乳・鶏レバー・豆乳・豆腐・味噌・麩小豆缶	しめじ・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参	ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	牛乳 わかめせんべい 牛乳 ふんわりどら焼き	482 22.0 13.8 72.3 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦・えび	593 27.1 15.9 90.9 1.8	kcal g g g g	乳成分・小麦・えび	593 27.1 15.9 90.9 1.8	kcal g g g g	乳成分・小麦・えび
13	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（チンゲン菜・ごぼう）	うどん・ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小魚すなっく・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・チンゲン菜・ひじき・玉ねぎ・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 小魚すなっく 牛乳 混ぜ込みそぼろご飯	488 22.0 17.6 65.2 1.7	kcal g g g g	乳成分・小麦	606 27.1 21.2 82.5 2.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	606 27.1 21.2 82.5 2.2	kcal g g g g	乳成分・小麦
14 火	ント	●冷や汁風 さつま芋と人参の揚げ焼き 鶏汁（鶏肉・玉ねぎ・花ふ） アップルゼリー	かぼちゃ&にんじんリング・ごま・ご飯・さつまいも・バター・花ふ・砂糖・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・りんごジュース・寒天・玉ねぎ・人参・生姜	ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン 牛乳 チーズスコーン	553 19.3 19.6 79.9 2.1	kcal g g g g	乳成分・小麦	694 23.6 23.9 102.3 2.7	kcal g g g g	乳成分・小麦	694 23.6 23.9 102.3 2.7	kcal g g g g	乳成分・小麦
15	水	ご飯 白茶タラのムニエル もやしと豚肉の炒り煮 みそ汁（チンゲン菜・油揚げ） フルーツ（バナナ）	ご飯・とうもろこしすなっく・バター・砂糖・小麦粉・油	シロイトタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・油揚げ	チンゲン菜・バナナ・もやし・玉ねぎ・人参・水菜	ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・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	466 20.8 15.2 65.7 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦	576 25.7 18.0 83.2 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦	576 25.7 18.0 83.2 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦

年齢		給与栄養目標 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	599	24.6	18.6	88.9	1.6
1〜2	歳	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	486	20.1	15.7	70.6	1.3

食べ物は良く噛んで食べましょう。良く噛むことで、全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	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分	1〜2歳児 アレルギー（魚・卵・小麦・蕎麦・落花生（ピーナッツ）・そば・えび・かに・くるみ・カシューナッツ）	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分	3〜5歳児 アレルギー（魚・卵・小麦・蕎麦・落花生（ピーナッツ）・そば・えび・かに・くるみ・カシューナッツ）
16	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	イチゴジャム・いわしせんべい・ご飯・砂糖・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・みかん缶・寒天・玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ	ＳＢカレーの主子さま顆粒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 いわしせんべい 牛乳 寒天ポンチ	481 15.6 14.6 77.8 1.3	kcal g g g g	乳成分・小麦	591 18.4 17.0 98.3 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	591 18.4 17.0 98.3 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦
17	金	ご飯 ゆで豚のトマトオクラだれ キャベツのごま炒め みそ汁（じゃが芋・ワカメ）	ごま・ごま油・ご飯・じゃが芋・ソフトな塩せん・マカロニ160P・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	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 ツナと野菜の冷やし和風	458 18.8 16.1 64.4 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦	562 22.8 19.2 80.2 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	562 22.8 19.2 80.2 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦
18	土	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・バター・りんごジャム・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・焼ふ・片栗粉・油	しらす干し・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌	オレンジ・なす・ほうれん草・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・水・精製塩	牛乳 小魚せんべい 牛乳 豆乳ホットケーキ	502 19.4 15.3 76.2 1.3	kcal g g g g	乳成分・小麦	618 23.6 18.1 95.7 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	618 23.6 18.1 95.7 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦
19	日	ご飯 豚肉とかぼちゃのみそ炒め ツナ炒り粉豆腐 すまし汁（ソーメン・油揚げ）	ご飯・しらす&わかめせんべい・ソーメン・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・豆乳・豚肉・粉豆腐・味噌・油揚げ・麩小豆缶	かぼちゃ・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 きな粉蒸しパン	566 21.9 18.2 83.0 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦	709 27.1 22.0 105.8 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦	709 27.1 22.0 105.8 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦
20	月	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの磯風味焼き さつま芋と豚肉の煮物 みそ汁（小松菜・ごぼう） フルーツ（オレンジ）	ご飯・さつまいも・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・スケソウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	あおさ粉・オレンジ・ごぼう・小松菜・人参	ベーキングパウダー・みりん風調味料・穀物ふりかけ・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 ほうれん草と小松菜せん 牛乳 きな粉蒸しパン	486 19.9 12.1 78.7 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	597 24.3 13.8 99.0 1.5	kcal g g g g	乳成分・小麦	597 24.3 13.8 99.0 1.5	kcal g g g g	乳成分・小麦
21	火	鶏肉の冷やしそうめん じゃが芋と人参のツナ炒め アップルゼリー	ごま油・ご飯・じゃが芋・ソーメン・わかめせんべい・砂糖・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豚肉	キャベツ・コーン・りんごジュース・寒天・玉ねぎ・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 わかめせんべい 牛乳 ミニチャーハン風	508 21.4 17.8 68.0 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦	628 26.3 21.3 85.1 1.8	kcal g g g g	乳成分・小麦	628 26.3 21.3 85.1 1.8	kcal g g g g	乳成分・小麦
22	水	ご飯 チキンと夏野菜のトマト煮 きゅうりと人参のサラダ スープ（チンゲン菜・しめじ）	ごま油・ご飯・砂糖・小魚すなっく・小麦粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・粉豆腐	カットトマト缶・きゅうり・しめじ・ズッキーニ・チンゲン菜・パプリカ黄・レーズン・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 カラメルがけ粉豆腐のし	491 20.0 17.8 67.2 1.3	kcal g g g g	乳成分・小麦	610 24.4 21.5 85.2 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	610 24.4 21.5 85.2 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦
23	木	ご飯 鮭のごま衣焼き 白菜の信田煮 具だくさん汁（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	445 20.7 16.4 58.9 0.9	kcal g g g g	乳成分・小麦	548 25.5 19.6 74.0 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦	548 25.5 19.6 74.0 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦
24	金	鶏ねぎ丼 かぼちゃのスパゲティサラダ みそ汁（なす・ワカメ）	ご飯・スパゲッティ・とうもろこしすなっく・砂糖・油	牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	かぼちゃ・きゅうり・なす・バナナ・ワカメ・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・精製塩	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 バナナ寒天アイス	428 16.1 13.8 64.3 1.0	kcal g g g g	乳成分・小麦	525 19.3 16.1 81.3 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	525 19.3 16.1 81.3 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦
25	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	いわしせんべい・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・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩・大豆ふりかけ	牛乳 いわしせんべい 牛乳 お好み焼き	495 24.8 14.8 70.2 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦	610 30.8 17.3 88.0 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦	610 30.8 17.3 88.0 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦
26	日	ご飯 豆腐とエビのくずし煮 鶏レバーの野菜炒め みそ汁（さつまいも・ワカメ）	ご飯・さつまいも・ソフトな塩せん・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	エビ・牛乳・鶏レバー・豆乳・豆腐・味噌・麩小豆缶	しめじ・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参	ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 ふんわりどら焼き	481 22.0 13.7 72.3 1.5	kcal g g g g	乳成分・小麦・えび	593 27.1 15.9 90.9 1.8	kcal g g g g	乳成分・小麦・えび	593 27.1 15.9 90.9 1.8	kcal g g g g	乳成分・小麦・えび
27	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（チンゲン菜・ごぼう）	うどん・ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小魚せんべい・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・チンゲン菜・ひじき・玉ねぎ・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 小魚せんべい 牛乳 混ぜ込みそぼろご飯	493 22.0 17.6 66.4 1.7	kcal g g g g	乳成分・小麦	606 27.1 21.2 82.5 2.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	606 27.1 21.2 82.5 2.2	kcal g g g g	乳成分・小麦
28	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（さつまいも・花ふ）	ごま・ご飯・さつまいも・しらす&わかめせんべい・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・玉ねぎ・小松菜・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 しらす&わかめせんべい 牛乳 チーズスコーン	503 23.3 17.2 67.9 1.8	kcal g g g g	乳成分・小麦	624 29.0 20.7 85.5 2.3	kcal g g g g	乳成分・小麦	624 29.0 20.7 85.5 2.3	kcal g g g g	乳成分・小麦
29	水	ご飯 白茶タラのムニエル もやしと豚肉の炒り煮 みそ汁（チンゲン菜・油揚げ） フルーツ（バナナ）	ご飯・バター・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・小麦粉・油	シロイトタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・油揚げ	チンゲン菜・バナナ・もやし・玉ねぎ・人参・水菜	ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・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	471 20.9 15.2 67.0 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦	576 25.7 18.0 83.2 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦	576 25.7 18.0 83.2 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦
30	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	イチゴジャム・ご飯・わかめせんべい・砂糖・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・みかん缶・寒天・玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ	ＳＢカレーの主子さま顆粒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 寒天ポンチ	481 15.5 14.6 77.8 1.3	kcal g g g g	乳成分・小麦	591 18.4 17.0 98.3 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	591 18.4 17.0 98.3 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦
31	金	ご飯 ゆで豚のトマトオクラだれ キャベツのごま炒め みそ汁（じゃが芋・ワカメ）	ごま・ごま油・ご飯・じゃが芋・マカロニ160P・砂糖・小魚すなっく・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	牛乳 小魚すなっく 牛乳 ツナと野菜の冷やし和風	455 18.8 16.1 63.5 1.0	kcal g g g g	乳成分・小麦	562 22.8 19.2 80.2 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	562 22.8 19.2 80.2 1.2	kcal g g g g	乳成分・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・午後おやつの合計栄養価になります。