3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 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	塩分 g	アレルギー（乳成分・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・くるみ）	3～5歳児 エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	塩分 g	アレルギー（乳成分・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・くるみ）
1	日	ご飯 鶏肉と野菜のおかか炒め 玉ねぎとブロッコリーのサラダ みそ汁（チンゲン菜・人参）	ごま・ごご飯・ソフトな塩せん・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	キャベツ・しめじ・チンゲン菜・ブロッコリー・玉ねぎ・人参	酒・出し汁・醤油・酢	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 ベルシーくずもち	430 kcal 18.6 g 15.7 g 59.0 g 1.0 g	乳成分・小麦	524 kcal 22.5 g 18.6 g 72.9 g 1.1 g	乳成分・小麦		657 kcal 28.4 g 17.1 g 101.9 g 1.5 g	乳成分・小麦				
2	月	ツナピラフ 豚肉のマカロニみそグラタン風 スープ（かぼちゃ・長ねぎ） フルーツ（不知火）	ごま油・ごご飯・バター・パン粉・マカロニ・小魚せんべい・小麦粉・片栗粉	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆乳・豚肉・味噌	かぼちゃ・グリンピース・ピーマン・ほうれん草・玉ねぎ・人参・長ねぎ・不知火（しらぬい）	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 ミニチャーハン風	531 kcal 22.9 g 14.6 g 80.8 g 1.2 g	乳成分・小麦	657 kcal 28.4 g 17.1 g 101.9 g 1.5 g	乳成分・小麦		626 kcal 19.7 g 16.5 g 105.0 g 1.5 g	乳成分・小麦				
3 火	ント	●そぼろひなちらし寿司 さつま芋と玉ねぎの煮物 みそ汁（なす・なめこ） フルーツ（オレンジ）	ごご飯・さつま芋・しらす&わかめせんべい・バター・砂糖・米粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・茹小豆缶	オレンジ・キヌサヤ・コーン・なす・なめこ・れんこん・黄桃缶・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・水・精製塩	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 ひな祭り☆桃と小豆の米	506 kcal 16.4 g 14.1 g 82.5 g 1.3 g	乳成分・小麦	628 kcal 19.7 g 16.5 g 105.2 g 1.6 g	乳成分・小麦		591 kcal 23.6 g 20.8 g 87.9 g 1.2 g	乳成分・小麦				
4	水	鉄分強化！ふりかけご飯 厚揚げと豚肉の生姜煮 白菜ときゅうりのひじきサラダ みそ汁（じゃが芋・ごぼう）	ごま油・ごご飯・じゃが芋・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・油	牛乳・厚揚げ・豚肉・味噌	かぼちゃ・きゅうり・ごぼう・ひじき・りんご・レーズン・玉ねぎ・人参・水菜・生姜・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・酒・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 かぼちゃ茶巾 フルーツ（りんご）	482 kcal 19.4 g 17.3 g 70.5 g 1.0 g	乳成分・小麦	591 kcal 23.6 g 20.8 g 87.9 g 1.2 g	乳成分・小麦		639 kcal 29.4 g 21.1 g 86.9 g 1.8 g	乳成分・小麦				
5	木	ご飯 鮭のごま衣焼き 大根の信田煮 みそ汁（花ふ・ワカメ） ヨーグルト	ごま・ごま油・ごご飯・わかめせんべい・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ヨーグルト・牛乳・鶏肉・鮭・豆乳・味噌・油揚げ	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・水・精製塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 肉まん風	516 kcal 23.7 g 17.6 g 69.4 g 1.4 g	乳成分・小麦	639 kcal 29.4 g 21.1 g 86.9 g 1.8 g	乳成分・小麦		552 kcal 21.6 g 17.8 g 79.9 g 1.5 g	乳成分・小麦				
6	金	春野菜あんかけうどん トマトとチンゲン菜のサラダ フルーツ（りんご）	うどん・ごま油・ごご飯・砂糖・小魚すなっく・片栗粉・油	チーズ・牛乳・豚肉	キャベツ・きゅうり・グリーンアスパラ・グリンピース・チンゲン菜・トマト・りんご・人参	ふりかけ・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 チーズ入りふりかけおに 塩もみきゅうり	448 kcal 17.9 g 15.1 g 63.3 g 1.2 g	乳成分・小麦	552 kcal 21.6 g 17.8 g 79.9 g 1.5 g	乳成分・小麦		531 kcal 20.9 g 18.9 g 81.0 g 1.3 g	乳成分・小麦				
7	土	ご飯 鶏肉と野菜の土佐煮 きつま芋とごぼうの金平炒め みそ汁（豆腐・焼ふ）	かぼちゃ&にんじんリング・ごご飯・さつま芋・砂糖・小麦粉・焼ふ・片栗粉・油	花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌	ごぼう・ほうれん草・レーズン・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 かぼちゃ&にんじんリン 牛乳 ほうれん草の蒸しパン	528 kcal 20.8 g 15.9 g 80.1 g 1.2 g	乳成分・小麦	660 kcal 25.7 g 18.9 g 102.6 g 1.5 g	乳成分・小麦		541 kcal 25.2 g 15.5 g 80.5 g 1.2 g	乳成分・小麦				
8	日	ご飯 白糸タラのから揚げ 鶏レバーの野菜炒め みそ汁（白菜・じゃが芋） フルーツ（オレンジ）	ごま・ごご飯・じゃが芋・とうもろこしすなっく・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイトタラ・牛乳・鶏レバー・豆乳・味噌・茹小豆缶	オレンジ・チンゲン菜・寒天・玉ねぎ・人参・白菜	酒・出し汁・醤油・水	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 豆乳ごま寒天あんこのセ	440 kcal 20.5 g 13.4 g 63.7 g 1.0 g	乳成分・小麦	541 kcal 25.2 g 15.5 g 80.5 g 1.2 g	乳成分・小麦		448 kcal 21.6 g 12.9 g 65.3 g 0.8 g	乳成分・小麦				
9	月	ご飯 豆腐と鶏肉のとろみ煮 切干大根炒め みそ汁（インゲン・長ねぎ）	おこめリング・ごませんべい・ごご飯・マカロニ・砂糖・片栗粉・油	きな粉・牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	インゲン・ほうれん草・玉ねぎ・人参・切干大根・長ねぎ	酒・出し汁・醤油	牛乳 ごませんべい 牛乳 マカロニきなこ おこめリング	450 kcal 21.7 g 13.1 g 65.6 g 0.8 g	乳成分・小麦	549 kcal 26.7 g 14.9 g 81.9 g 0.9 g	乳成分・小麦		466 kcal 18.9 g 19.1 g 61.1 g 1.2 g	乳成分・小麦				
10	火	ご飯 豚肉のキャベツ蒸し きゅうりのごま和え みそ汁（チンゲン菜・えのき茸）	いわしせんべい・ごま・ごま油・ごご飯・じゃが芋・バター・砂糖・片栗粉・油	牛乳・豆乳・豚肉・味噌・冷蔵ベビーチーズ Ca+Fe	あおさ粉・えのき茸・キャベツ・きゅうり・チンゲン菜・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 いわしせんべい 牛乳 磯辺チーズ芋もち風	465 kcal 19.0 g 19.2 g 60.7 g 1.2 g	乳成分・小麦	570 kcal 23.0 g 23.2 g 75.2 g 1.5 g	乳成分・小麦		457 kcal 21.8 g 9.6 g 76.4 g 1.1 g	乳成分・小麦				
11	水	ご飯 助宗タラの煮付け かぼちゃのささみ炒め みそ汁（もやし・花ふ） フルーツ（バナナ）	ごま油・ごご飯・ソフトな塩せん・りんごジャム・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	おから・スケソウタラ・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	かぼちゃ・バナナ・もやし・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・精製塩	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 おからホットケーキ	456 kcal 21.8 g 9.5 g 76.4 g 1.2 g	乳成分・小麦	559 kcal 26.9 g 10.3 g 96.4 g 1.4 g	乳成分・小麦		502 kcal 17.9 g 17.8 g 71.0 g 1.4 g	乳成分・小麦				
12	木	ご飯 チキンストロガノフ風 キャベツのスパサラ スープ（大根・ワカメ）	ごご飯・スパゲッティ・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・米粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳	キャベツ・しめじ・ピーマン・ワカメ・玉ねぎ・人参・大根	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・精製塩	牛乳 小魚せんべい 牛乳 米粉のドーナッツ	507 kcal 17.9 g 17.8 g 72.2 g 1.4 g	乳成分・小麦	625 kcal 21.6 g 21.5 g 90.3 g 1.8 g	乳成分・小麦		506 kcal 16.7 g 16.5 g 78.0 g 1.3 g	乳成分・小麦				
13 金	ント	●ホワイトデー☆クリームライス トマトとアスパラのツナサラダ スープ（さつま芋・ごぼう） フルーツ（りんご）	イチゴジャム・ごま油・ごご飯・さつま芋・しらす&わかめせんべい・砂糖・油	ツナフレーク缶・牛乳・豆乳・豚肉	グリーンアスパラ・コーン・ごぼう・トマト・みかん缶・りんご・寒天・玉ねぎ・小松菜・人参	ＳＢシチューの王子さま顆粒・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 寒天ポンチ	508 kcal 16.7 g 16.5 g 78.5 g 1.4 g	乳成分・小麦	630 kcal 20.1 g 19.7 g 99.8 g 1.8 g	乳成分・小麦		540 kcal 25.3 g 18.4 g 73.3 g 1.2 g	乳成分・小麦				
14	土	鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラの香草パン粉焼き 炒り粉豆腐 みそ汁（玉ねぎ・油揚げ） フルーツ（オレンジ）	ごご飯・じゃが芋・パン粉・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・鶏肉・粉豆腐・味噌・油揚げ	オレンジ・パセリ・玉ねぎ・人参	ふりかけ・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 ほうれん草と小松菜せん 牛乳 チヂミ	544 kcal 25.4 g 18.4 g 74.6 g 1.2 g	乳成分・小麦	675 kcal 31.7 g 22.3 g 93.4 g 1.5 g	乳成分・小麦		431 kcal 25.3 g 18.6 g 58.9 g 0.9 g	乳成分・小麦				
15	日	ご飯 鶏肉と野菜のおかか炒め 玉ねぎとブロッコリーのサラダ みそ汁（チンゲン菜・人参）	ごま・ごご飯・わかめせんべい・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	キャベツ・しめじ・チンゲン菜・ブロッコリー・玉ねぎ・人参	酒・出し汁・醤油・酢	牛乳 わかめせんべい 牛乳 ベルシーくずもち	431 kcal 18.6 g 15.8 g 59.0 g 0.9 g	乳成分・小麦	524 kcal 22.5 g 18.6 g 72.9 g 1.1 g	乳成分・小麦		530 kcal 23.0 g 14.7 g 80.5 g 1.2 g	乳成分・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	600	24.6	18.3	90.0	1.4
1～2	歳	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	486	20.1	15.5	71.4	1.2

食べ物は良く噛んで食べましょう。良く噛むことで、全身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

暖かくなって花が咲き始めていますね

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 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	塩分 g	アレルギー（乳成分・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・くるみ）	3～5歳児 エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	塩分 g	アレルギー（乳成分・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・くるみ）
16	月	ツナピラフ 豚肉のマカロニみそグラタン風 スープ（かぼちゃ・長ねぎ） フルーツ（不知火）	ごま油・ごご飯・バター・パン粉・マカロニ・小魚すなっく・小麦粉・片栗粉	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆乳・豚肉・味噌	かぼちゃ・グリンピース・ピーマン・ほうれん草・玉ねぎ・人参・長ねぎ・不知火（しらぬい）	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 ミニチャーハン風	526 kcal 22.9 g 14.6 g 79.6 g 1.2 g	乳成分・小麦	657 kcal 28.4 g 17.1 g 101.9 g 1.5 g	乳成分・小麦							
17	火	三色丼 さつま芋とれんこんの煮物 みそ汁（なす・なめこ） フルーツ（オレンジ）	かぼちゃ&にんじんリング・ごご飯・さつま芋・バター・砂糖・米粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・茹小豆缶	オレンジ・コーン・なす・なめこ・れんこん・黄桃缶・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・精製塩	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン 牛乳 桃と小豆の米粉ケーキ	503 kcal 16.4 g 14.1 g 81.9 g 1.2 g	乳成分・小麦	626 kcal 19.7 g 16.5 g 105.0 g 1.5 g	乳成分・小麦							
18	水	鉄分強化！ふりかけご飯 厚揚げと豚肉の生姜煮 白菜ときゅうりのひじきサラダ みそ汁（じゃが芋・ごぼう）	ごま油・ごご飯・じゃが芋・とうもろこしすなっく・砂糖・油	牛乳・厚揚げ・豚肉・味噌	かぼちゃ・きゅうり・ごぼう・ひじき・りんご・レーズン・玉ねぎ・人参・水菜・生姜・白菜	ふりかけ・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 かぼちゃ茶巾 フルーツ（りんご）	477 kcal 19.3 g 17.3 g 69.2 g 1.0 g	乳成分・小麦	591 kcal 23.6 g 20.8 g 87.9 g 1.2 g	乳成分・小麦							
19	木	ご飯 鮭のごま衣焼き 大根の信田煮 みそ汁（花ふ・ワカメ） ヨーグルト	ごま・ごませんべい・ごま油・ごご飯・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ヨーグルト・牛乳・鶏肉・鮭・豆乳・味噌・油揚げ	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・水・精製塩	牛乳 ごませんべい 牛乳 肉まん風	516 kcal 23.7 g 17.7 g 69.3 g 1.4 g	乳成分・小麦	639 kcal 29.4 g 21.1 g 86.9 g 1.8 g	乳成分・小麦							
20	金	春野菜あんかけうどん トマトとチンゲン菜のサラダ フルーツ（りんご）	いわしせんべい・うどん・ごま油・ごご飯・砂糖・片栗粉・油	チーズ・牛乳・豚肉	キャベツ・きゅうり・グリーンアスパラ・グリンピース・チンゲン菜・トマト・りんご・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 いわしせんべい 牛乳 チーズ入りふりかけおに 塩もみきゅうり	452 kcal 18.0 g 15.2 g 64.2 g 1.2 g	乳成分・小麦	552 kcal 25.7 g 18.9 g 79.9 g 1.5 g	乳成分・小麦							
21	土	ご飯 鶏肉と野菜の土佐煮 さつま芋とごぼうの金平炒め みそ汁（豆腐・焼ふ）	ごご飯・さつま芋・ソフトな塩せん・砂糖・小麦粉・焼ふ・片栗粉・油	花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌	ごぼう・ほうれん草・レーズン・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 ほうれん草の蒸しパン	531 kcal 20.9 g 15.9 g 81.0 g 1.3 g	乳成分・小麦	660 kcal 25.7 g 18.9 g 102.6 g 1.5 g	乳成分・小麦							
22	日	ご飯 白糸タラのから揚げ 鶏レバーの野菜炒め みそ汁（白菜・じゃが芋） フルーツ（オレンジ）	ごま・ごご飯・じゃが芋・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・片栗粉・油	シロイトタラ・牛乳・鶏レバー・豆乳・味噌・茹小豆缶	オレンジ・チンゲン菜・寒天・玉ねぎ・人参・白菜	酒・出し汁・醤油・水	牛乳 小魚せんべい 牛乳 豆乳ごま寒天あんこのセ	445 kcal 20.6 g 13.4 g 64.9 g 1.0 g	乳成分・小麦	541 kcal 25.2 g 15.5 g 80.5 g 1.2 g	乳成分・小麦							
23	月	ご飯 豆腐と鶏肉のとろみ煮 切干大根炒め みそ汁（インゲン・長ねぎ）	おこめリング・ごご飯・しらす&わかめせんべい・マカロニ・砂糖・片栗粉・油	きな粉・牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	インゲン・ほうれん草・玉ねぎ・人参・切干大根・長ねぎ	酒・出し汁・醤油	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 マカロニきなこ おこめリング	448 kcal 21.6 g 12.9 g 65.3 g 0.8 g	乳成分・小麦	549 kcal 26.7 g 14.9 g 81.9 g 0.9 g	乳成分・小麦							
24	火	ご飯 豚肉のキャベツ蒸し きゅうりのごま和え みそ汁（チンゲン菜・えのき茸）	ごま・ごま油・ごご飯・じゃが芋・バター・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・片栗粉・油	牛乳・豆乳・豚肉・味噌・冷蔵ベビーチーズ Ca+Fe	あおさ粉・えのき茸・キャベツ・きゅうり・チンゲン菜・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・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 磯辺チーズ芋もち風	466 kcal 18.9 g 19.1 g 61.1 g 1.2 g	乳成分・小麦	570 kcal 23.0 g 23.2 g 75.2 g 1.5 g	乳成分・小麦							
25	水	ご飯 助宗タラの煮付け かぼちゃのささみ炒め みそ汁（もやし・花ふ） フルーツ（バナナ）	ごま油・ごご飯・りんごジャム・わかめせんべい・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	おから・スケソウタラ・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	かぼちゃ・バナナ・もやし・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・精製塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 おからホットケーキ	457 kcal 21.8 g 9.6 g 76.4 g 1.1 g	乳成分・小麦	559 kcal 26.9 g 10.3 g 96.4 g 1.4 g	乳成分・小麦							
26	木	ご飯 チキンストロガノフ風 キャベツのスパサラ スープ（大根・ワカメ）	ごご飯・スパゲッティ・砂糖・小魚すなっく・小麦粉・米粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳	キャベツ・しめじ・ピーマン・ワカメ・玉ねぎ・人参・大根	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・精製塩	牛乳 小魚すなっく 牛乳 米粉のドーナッツ	502 kcal 17.9 g 17.8 g 71.0 g 1.4 g	乳成分・小麦	625 kcal 21.6 g 21.5 g 90.3 g 1.8 g	乳成分・小麦							
27	金	ご飯 クリームシチュー トマトとアスパラのツナサラダ スープ（さつま芋・ごぼう） フルーツ（りんご）	イチゴジャム・かぼちゃ&にんじんリング・ごご飯・さつま芋・砂糖・油	ツナフレーク缶・牛乳・豆乳・豚肉	グリーンアスパラ・コーン・ごぼう・トマト・みかん缶・りんご・寒天・玉ねぎ・小松菜・人参	ＳＢシチューの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 かぼちゃ&にんじんリン 牛乳 寒天ポンチ	506 kcal 16.7 g 16.5 g 78.0 g 1.3 g	乳成分・小麦	630 kcal 20.1 g 19.7 g 99.8 g 1.6 g	乳成分・小麦							
28	土	鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラの香草パン粉焼き 炒り粉豆腐 みそ汁（玉ねぎ・油揚げ） フルーツ（オレンジ）	ごご飯・じゃが芋・とうもろこしすなっく・パン粉・砂糖・小麦粉・油	シロイトタラ・牛乳・鶏肉・粉豆腐・味噌・油揚げ	オレンジ・パセリ・玉ねぎ・人参	ふりかけ・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 チヂミ	540 kcal 25.3 g 18.4 g 73.3 g 1.2 g	乳成分・小麦	676 kcal 31.7 g 22.3 g 93.4 g 1.5 g	乳成分・小麦							
29	日	ご飯 鶏肉と野菜のおかか炒め 玉ねぎとブロッコリーのサラダ みそ汁（チンゲン菜・人参）	ごま・ごませんべい・ごご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	キャベツ・しめじ・チンゲン菜・ブロッコリー・玉ねぎ・人参	酒・出し汁・醤油・酢	牛乳 ごませんべい 牛乳 ヘルシーくずもち	431 kcal 18.6 g 15.9 g 58.9 g 0.9 g	乳成分・小麦	524 kcal 22.5 g 18.6 g 72.9 g 1.1 g	乳成分・小麦							
30	月	ツナピラフ 豚肉のマカロニみそグラタン風 スープ（かぼちゃ・長ねぎ） フルーツ（不知火）	いわしせんべい・ごま油・ごご飯・バター・パン粉・マカロニ・小麦粉・片栗粉	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆乳・豚肉・味噌	かぼちゃ・グリンピース・ピーマン・ほうれん草・玉ねぎ・人参・長ねぎ・不知火（しらぬい）	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 ミニチャーハン風	530 kcal 23.0 g 14.7 g 80.5 g 1.2 g	乳成分・小麦	657 kcal 28.4 g 17.1 g 101.9 g 1.5 g	乳成分・小麦							
31	火	三色丼 さつま芋とれんこんの煮物 みそ汁（なす・なめこ） フルーツ（オレンジ）	ごご飯・さつま芋・ソフトな塩せん・バター・砂糖・米粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・茹小豆缶	オレンジ・コーン・なす・なめこ・れんこん・黄桃缶・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・精製塩	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 桃と小豆の米粉ケーキ	506 kcal 16.5 g 14.1 g 82.8 g 1.3 g	乳成分・小麦	626 kcal 19.7 g 16.5 g 105.0 g 1.5 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。