



★8月

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	
		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)	午後おやつ	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・落花生・そば・そば粉・小麦)	
1	火	冷やし鶏ソーマン さつま芋のごまがらめ フルーツ(黄桃缶)	牛乳・鶏肉・豆乳・粉豆腐	オクラ・ワカメ・黄桃缶・玉ねぎ・人参	ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	麦茶 せんべい 牛乳 粉豆腐ナゲット	507 kcal 23.9 g 18.4 g 62.9 g 1.4 g	乳・小麦	
2	水	ご飯 助宗タラの甘酢あんかけ ほうれん草と人参の煮物 具だくさん汁(豚肉・なす・ごぼう) フルーツ(梨)	せんべい・ご飯・バター・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	スケソウダラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・冷蔵ベビーチーズCa+Fe	ごぼう・なす・ほうれん草・玉ねぎ・人参・水菜・梨	酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	麦茶 せんべい 牛乳 カラメル風おふラスク 鉄分強化チーズ	449 kcal 21.9 g 16.6 g 57.6 g 1.4 g	乳・小麦
3	木	●金魚飯(岐阜県) ●鶏ちゃん焼き(岐阜県) ポテトの和風和え すまし汁(小松菜・長ねぎ) フルーツ(オレンジ)	せんべい・ごま油・ご飯・じゃが芋・スパゲッティ・砂糖・油	牛乳・鶏肉・味噌・油揚げ	オレンジ・キャベツ・きゅうり・グリーンピース・ピーマン・玉ねぎ・小松菜・人参・生姜・長ねぎ	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・精製塩	麦茶 せんべい 牛乳 ミネナポリタン	525 kcal 21.9 g 17.7 g 74.2 g 1.5 g	乳・小麦
4	金	エビの米粉かき揚げ丼 チンゲン菜と豚肉のとりみ煮 みそ汁(もやし・万能ねぎ) フルーツ(バナナ)	ご飯・せんべい・バター・砂糖・小麦粉・米粉・片栗粉・油	エビ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	グリーンアスパラ・チンゲン菜・パイナップル缶・バナナ・もやし・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・水	麦茶 せんべい 牛乳 パイナップルケーキ	548 kcal 19.4 g 18.5 g 79.4 g 1.4 g	乳・小麦・えび
5	土	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉のケチャップ炒め ツナ炒り粉豆腐 みそ汁(大根・油揚げ)	ごま・ご飯・砂糖・せんべい・小麦粉・片栗粉・油・ビスケット	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・粉豆腐・味噌・油揚げ	グリーンピース・コーン・ピーマン・玉ねぎ・人参・大根	ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・出し汁・醤油・水	麦茶 せんべい 牛乳 ビスケット	489 kcal 21.9 g 19.6 g 59.4 g 1.2 g	乳・小麦
6	日								
7	月	ごま豚丼 大根サラダ みそ汁(小松菜・焼ふ)	ごま・ご飯・せんべい・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	チーズ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	かぼちゃ・キャベツ・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・水・精製塩	麦茶 せんべい 牛乳 かぼちゃのチーズパン	495 kcal 19.3 g 16.4 g 71.9 g 1.3 g	乳・小麦
8	火	ご飯 カラスカレイのコロコロ甘辛揚げ チンゲン菜と鶏肉のくたくた煮 みそ汁(玉ねぎ・ごぼう) フルーツ(パイナップル)	イチゴジャム・ご飯・じゃが芋・せんべい・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	おから・カラスカレイ・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	ごぼう・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	麦茶 せんべい 牛乳 おからホットケーキ	524 kcal 19.0 g 19.1 g 75.0 g 1.2 g	乳・小麦
9	水	ご飯 なすとトマトの麻婆炒め キャベツのコーンサラダ スープ(かぼちゃ・ワカメ)	ごま・ごま油・ご飯・砂糖・せんべい・片栗粉	きな粉・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・茹大豆缶	かぼちゃ・キャベツ・グリーンピース・コーン・トマト・なす・ワカメ・寒天・玉ねぎ	出し汁・醤油・酢・水・精製塩	麦茶 せんべい 牛乳 きな粉豆乳寒天あんこのせ	461 kcal 19.2 g 16.4 g 64.4 g 1.1 g	乳・小麦
10	木	鉄分強化！ふりかけご飯 豆腐と鶏肉の煮物 玉ねぎと夏野菜の醤油炒め みそ汁(長ねぎ・油揚げ)	せんべい・ご飯・砂糖・小麦粉・油・ビスケット	牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	ズッキーニ・パプリカ黄・玉ねぎ・長ねぎ・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	麦茶 せんべい 牛乳 ビスケット	467 kcal 19.3 g 15.5 g 66.0 g 1.1 g	乳・小麦
11	金								
12	土	ご飯 白糸タラのムニエル ささみとかぼちゃのおかか和え みそ汁(キャベツ・ごぼう) フルーツ(パイナップル)	せんべい・ご飯・バター・砂糖・小麦粉・油・ビスケット	シロイタダ・花かつお・牛乳・鶏肉・味噌	かぼちゃ・キャベツ・ごぼう・パイナップル缶・人参	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	麦茶 せんべい 牛乳 ビスケット	463 kcal 19.3 g 8.7 g 82.8 g 0.7 g	乳・小麦
13	日								
14	月	ご飯 鮭の甘辛だれ 豚肉と小松菜の煮物 みそ汁(豆腐・玉ねぎ) フルーツ(みかん缶)	ごま油・ご飯・せんべい・砂糖・片栗粉・油	しらす干し・牛乳・鶏肉・鮭・豆腐・豚肉・味噌	アスパラ・ブロッコリー・みかん缶・玉ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	麦茶 せんべい 牛乳 しらすぼろチャーハン	508 kcal 25.4 g 14.4 g 72.5 g 1.3 g	乳・小麦
15	火	冷やし鶏ソーマン かぼちゃのごまがらめ フルーツ(黄桃缶)	ごま・ごま油・ソーメン・砂糖・せんべい・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・粉豆腐	オクラ・かぼちゃ・ワカメ・黄桃缶・玉ねぎ・人参	ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	麦茶 せんべい 牛乳 粉豆腐ナゲット	496 kcal 24.4 g 18.4 g 58.8 g 1.4 g	乳・小麦
年齢	給与栄養目標量		当月平均給与栄養量						
1~2歳	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			
	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	492	20.9	16.1	69.9	1.3			



お魚たちとのふれあいたのしそうですね〜。

ダイエイ(株)
品物やお取り寄せ
料金は別途です。



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。



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					
		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) 午後おやつ	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・落花生・そば・そば粉・そば殻)			
16	水	ご飯 助宗タラの甘酢あんかけ ほうれん草と人参の煮物 具だくさん汁(豚肉・なす・ごぼう) フルーツ(洋梨缶)	ご飯・せんべい・バター・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	スケソウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・冷蔵ベビーチーズCa+Fe	キヌサヤ・ごぼう・なす・ほうれん草・玉ねぎ・人参・洋なし缶	酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	午前おやつ(1～2歳児のみ) 午後おやつ	453 22.1 16.6 57.8 1.4	kcal g g g g	乳・小麦	
17	木	ご飯 鶏肉のみそ漬け炒め ポテトの和風和え すまし汁(小松菜・油揚げ)	ご飯・じゃが芋・スパゲッティ・せんべい・砂糖・油	牛乳・鶏肉・味噌・油揚げ	インゲン・キャベツ・グリーンピース・ピーマン・玉ねぎ・小松菜・人参	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・精製塩	午後おやつ	508 20.9 17.2 70.1 1.3	kcal g g g g	乳・小麦	
18	金	エビの米粉かき揚げ丼 チンゲン菜と豚肉のとりみ煮 みそ汁(れんこん・長ねぎ) フルーツ(みかん缶)	ご飯・バター・せんべい・砂糖・小麦粉・米粉・片栗粉・油	エビ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	アスパラ・チンゲン菜・パイナップル缶・みかん缶・れんこん・玉ねぎ・人参・長ねぎ	ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	午後おやつ	557 19.4 18.6 81.3 1.3	kcal g g g g	乳・小麦・えび	
19	土	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉のケチャップ炒め ツナ炒り粉豆腐 みそ汁(大根・油揚げ)	ごま・ご飯・砂糖・せんべい・小麦粉・片栗粉・油・ビスケット	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・粉豆腐・味噌・油揚げ	グリーンピース・コーン・ピーマン・玉ねぎ・人参・大根	ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・出し汁・醤油・水	午後おやつ	489 21.9 19.6 59.4 1.2	kcal g g g g	乳・小麦	
20	日										
21	月	ごま豚丼 大根サラダ みそ汁(小松菜・焼ふ)	ごま・ご飯・せんべい・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	チーズ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	かぼちゃ・キャベツ・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・水・精製塩	午後おやつ	490 19.2 16.4 70.6 1.3	kcal g g g g	乳・小麦	
22	火	ご飯 カラスカレイのコロコロ甘辛揚げ チンゲン菜と鶏肉のくたくた煮 みそ汁(玉ねぎ・ごぼう) フルーツ(パイ缶)	イチゴジャム・せんべい・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	おから・カラスカレイ・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	ごぼう・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	午後おやつ	525 19.0 19.2 74.9 1.2	kcal g g g g	乳・小麦	
23	水	●ごま塩ご飯 ●とんべい風キャベツ焼き ●焼きもろこし みそ汁(なす・かぼちゃ) フルーツ(バナナ)	せんべい・ごま・ご飯・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豚肉・味噌	あおさ粉・かぼちゃ・キャベツ・とうもろこし・なす・バナナ・もやし	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	午後おやつ つめたいおやつ 詳細は後日お知らせいたします	504 21.3 14.7 77.1 1.0	kcal g g g g	乳・小麦	
24	木	鉄分強化！ふりかけご飯 豆腐と鶏肉の煮物 玉ねぎと夏野菜の醤油炒め みそ汁(長ねぎ・油揚げ)	ご飯・せんべい・砂糖・小麦粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌・油揚げ	ズッキーニ・パプリカ黄・玉ねぎ・人参・長ねぎ・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・精製塩	午後おやつ	470 19.4 15.5 66.9 1.2	kcal g g g g	乳・小麦	
25	金	おたんじょうびこんだて ボークカレーライス きゅうりとひじきのツナサラダ スープ(ほうれん草・コーン)・フルーツ(オレンジ)	うどん・ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・せんべい・油	ツナフレーク缶・牛乳・豚肉	オレンジ・きゅうり・コーン・ひじき・ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人参・大根	SBカレーの王子さま顆粒・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	午後おやつ	478 18.8 13.2 74.6 1.8	kcal g g g g	乳・小麦	
26	土	ご飯 白糸タラのムニエル ささみとかぼちゃのおかか和え みそ汁(キャベツ・ごぼう) ヨーグルト	ご飯・せんべい・バター・砂糖・小麦粉・油・ビスケット	シロイトタラ・ヨーグルト・花かつお・牛乳・鶏肉・味噌	かぼちゃ・キャベツ・ごぼう・人参	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	午後おやつ	465 20.3 9.5 81.1 0.7	kcal g g g g	乳・小麦	
27	日										
28	月	ご飯 鮭の甘辛だれ 豚肉と小松菜の煮物 みそ汁(豆腐・玉ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ごま油・ご飯・せんべい・砂糖・片栗粉・油	しらす干し・牛乳・鶏肉・鮭・豆腐・豚肉・味噌	オレンジ・グリーンアスパラ・トマト・玉ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	午後おやつ	504 25.2 14.5 71.8 1.2	kcal g g g g	乳・小麦	
29	火	冷やし鶏ソーマン さつま芋のごまがらめ フルーツ(黄桃缶)	ごま・ごま油・さつま芋・ソーマン・砂糖・せんべい・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・粉豆腐	オクラ・ワカメ・黄桃缶・玉ねぎ・人参	ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	午後おやつ	507 24.0 18.4 62.9 1.4	kcal g g g g	乳・小麦	
30	水	ご飯 助宗タラの甘酢あんかけ ほうれん草と人参の煮物 具だくさん汁(豚肉・なす・ごぼう) フルーツ(梨)	せんべい・ご飯・バター・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	スケソウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌・冷蔵ベビーチーズCa+Fe	ごぼう・なす・ほうれん草・玉ねぎ・人参・水菜・梨	酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	午後おやつ	444 21.8 16.4 56.8 1.4	kcal g g g g	乳・小麦	
31	木	ご飯 鶏肉のみそ漬け炒め ポテトの和風和え すまし汁(小松菜・油揚げ)	ご飯・じゃが芋・スパゲッティ・せんべい・砂糖・油	牛乳・鶏肉・味噌・油揚げ	キャベツ・きゅうり・グリーンピース・パプリカ黄・ピーマン・玉ねぎ・小松菜・人参	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・精製塩	午後おやつ	497 20.8 17.2 69.1 1.3	kcal g g g g	乳・小麦	

※都合により、献立を変更する場合がございます。