



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	午後おやつ	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分量	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば殻・大豆)		
1	金	ご飯 さつま芋コロッケ ほうれん草と人参サラダ 具だくさんスープ(豚肉・もやし・キヌサヤ)	イチゴジャム・せんべい ごま油・ご飯・さつま芋・パン粉・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豆乳・豚肉	キヌサヤ・トマト・ほうれん草・みかん缶・もやし・寒天・玉ねぎ・人参	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 寒天ポンチ	541 kcal 15.5 g 16.5 g 88.2 g 0.7 g	乳・小麦
2	土	ご飯 助宗タラのおろしソース 鶏じゃが炒め みそ汁(焼ふ・ごぼう) フルーツ(オレンジ)	せんべい・ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・焼ふ・片栗粉・油・ビスケット	スケソウタラ・牛乳・鶏肉・味噌	オレンジ・ごぼう・ピーマン・人参・大根	みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 ビスケット	491 kcal 21.4 g 17.5 g 66.4 g 1.7 g	乳・小麦
3	日								
4	月	なすのナポリタン 小松菜のツナコーンサラダ スープ(人参・長ねぎ)	ごま油・ご飯・スパゲッティ・バター・砂糖・せんべい・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉	インゲン・グリーンアスパラ・コーン・なす・玉ねぎ・小松菜・人参・長ねぎ	ウスターソース・ケチャップ・酒・みりん風調味料・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 鶏そぼろチャーハン	498 kcal 21.2 g 19.4 g 62.3 g 1.3 g	乳・小麦
5	火	カレーライス 大根ときゅうりのごまサラダ スープ(ほうれん草・えのき茸) フルーツ(りんご)	ごま・ごま油・ご飯・じゃが芋・せんべい・砂糖・片栗粉・油	牛乳・豚肉	えのき茸・かぼちゃ・きゅうり・ほうれん草・りんご・玉ねぎ・人参・大根・洋なし缶	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 大学かぼちゃ フルーツ(洋梨缶)	468 kcal 16.4 g 13.7 g 77.0 g 1.3 g	乳・小麦
6	水	鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラの甘酢漬け 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁(さつま芋・インゲン) フルーツ(バナナ)	ご飯・さつま芋・せんべい・砂糖・小麦粉・油	シロイトラ・牛乳・鶏肉・豆乳・粉豆腐・味噌	インゲン・バナナ・パプリカ赤・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・酒・出し汁・醤油・酢	牛乳 せんべい 牛乳 粉豆腐のドーナツ	499 kcal 21.1 g 17.1 g 68.4 g 1.4 g	乳・小麦
7	木	ご飯 チキンソテー チンゲン菜と人参のしらす和え みそ汁(玉ねぎ・油揚げ)	ご飯・じゃが芋・バター・パン粉・マカロニ・せんべい・砂糖・油	しらす干し・ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・油揚げ	かぼちゃ・チンゲン菜・パセリ・玉ねぎ・人参	ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 マカロニツナポテト焼き	519 kcal 22.2 g 19.4 g 66.7 g 1.4 g	乳・小麦
8	金	●さつま芋おにぎり 豚肉ときのこのみそ炒め きゅうりとキャベツのサラダ フルーツ(りんご)	ごま・ご飯・さつま芋・砂糖・せんべい・小麦粉・油	きな粉・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	キャベツ・きゅうり・コーン・しめじ・りんご・人参・舞茸	ベーキングパウダー・酒・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 きな粉蒸しパン	476 kcal 19.0 g 14.3 g 72.8 g 1.0 g	乳・小麦
9	土	ご飯 鮭の和風ムニエル 鶏ささみと大根のとりみ煮 みそ汁(小松菜・ワカメ) ヨーグルト	せんべい・ごま油・ご飯・バター・砂糖・片栗粉・油・ビスケット	ヨーグルト・牛乳・鶏肉・鮭・味噌	グリーンピース・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 ビスケット	510 kcal 26.7 g 16.3 g 67.9 g 1.4 g	乳・小麦
10	日								
11	月	肉みそ和えうどん チンゲン菜の信田煮 すまし汁(かぼちゃ・ごぼう)	うどん・せんべい・ご飯・砂糖・片栗粉・油	チーズ・牛乳・豚肉・味噌・油揚げ	かぼちゃ・グリーンピース・ごぼう・ズッキーニ・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 チーズ入りふりかけおにぎり スタック野菜	472 kcal 19.3 g 16.0 g 64.9 g 1.4 g	乳・小麦
12	火	鶏ささみの甘辛丼 豆乳ポテトサラダ みそ汁(ほうれん草・花ふ)	せんべい・ご飯・じゃが芋・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	オレンジ・コーン・パプリカ赤・ほうれん草・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 人参のおやき フルーツ(オレンジ)	415 kcal 18.3 g 8.6 g 70.9 g 0.9 g	乳・小麦
13	水	ご飯 カラスカレイの磯パン粉揚げ 切干大根の煮物 みそ汁(もやし・玉ねぎ) フルーツ(バナナ)	ご飯・さつま芋・せんべい・バター・パン粉・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・牛乳・豚肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・キャベツ・バナナ・もやし・りんご・玉ねぎ・人参・切干大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 さつま芋の黄金焼き フルーツ(りんご)	545 kcal 19.4 g 17.9 g 81.6 g 0.8 g	乳・小麦
14	木	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉と小松菜の中華炒め かぼちゃとねぎのサラダ スープ(白菜・人参)	ごま油・ご飯・砂糖・せんべい・小麦粉・油	きな粉・牛乳・鶏肉・豆乳	かぼちゃ・コーン・玉ねぎ・小松菜・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・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 きなこ豆乳パンケーキ	475 kcal 18.6 g 15.8 g 69.1 g 1.3 g	乳・小麦
15	金	ご飯 さつま芋コロッケ ほうれん草と人参サラダ 具だくさんスープ(豚肉・キャベツ・キヌサヤ)	イチゴジャム・ごま油・ご飯・さつま芋・せんべい・パン粉・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豆乳・豚肉	キヌサヤ・キャベツ・トマト・ほうれん草・みかん缶・寒天・玉ねぎ・人参	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 寒天ポンチ	539 kcal 15.5 g 16.4 g 88.5 g 0.7 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/塩分量	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		485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	495	20.1	16.2	71.6	1.2		

タイハイ(株)  
応援サポーター  
林家たい平師匠



ススキとコスモスが綺麗ですね。





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)	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・文蛤・かに)	
16	土	ご飯 助宗タラのおろしソース 鶏じゃが炒め みそ汁(焼ふ・ごぼう) フルーツ(オレンジ)	せんべい・ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・焼ふ・片栗粉・油・ビスケット	ステーキ・牛乳・鶏肉・味噌	オレンジ・ごぼう・ピーマン・人参・大根	みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	午前おやつ(1～2歳児のみ) 牛乳 せんべい 午後おやつ 牛乳 ビスケット	491 kcal 21.4 g 17.5 g 66.4 g 1.7 g	乳・小麦
17	日								
18	月								
19	火	カレーライス 大根とアスパラのごまサラダ スープ(ほうれん草・キヌサヤ) フルーツ(黄桃缶)	せんべい・ごま・ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油	牛乳・豚肉	アスパラ・かぼちゃ・キヌサヤ・ほうれん草・黄桃缶・玉ねぎ・人参・大根・洋なし缶	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 大学かぼちゃ フルーツ(洋梨缶)	472 kcal 16.9 g 13.6 g 76.9 g 1.3 g	乳・小麦
20	水	鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラの甘酢漬け 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁(さつまい・インゲン) フルーツ(りんご)	ご飯・さつまい・せんべい・砂糖・小麦粉・油	シロイタダ・牛乳・鶏肉・豆乳・粉豆腐・味噌	インゲン・パプリカ赤・りんご・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・酒・出し汁・醤油・酢	牛乳 せんべい 牛乳 粉豆腐のドーナツ	493 kcal 20.9 g 17.2 g 67.4 g 1.4 g	乳・小麦
21	木	ご飯 チキンソテー チンゲン菜と人参のしらす和え みそ汁(玉ねぎ・油揚げ)	せんべい・ご飯・じゃが芋・バター・パン粉・マカロニ・砂糖・油	しらす干し・ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・油揚げ	かぼちゃ・チンゲン菜・パセリ・玉ねぎ・人参	ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 マカロニツナポテト焼き	520 kcal 22.2 g 19.5 g 66.6 g 1.4 g	乳・小麦
22	金	ご飯 豚肉とさつまいのみそ炒め きゅうりとキャベツのサラダ すまし汁(ソーメン・しめじ)	せんべい・ご飯・さつまい・ソーメン・砂糖・小麦粉・油	きな粉・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	キャベツ・きゅうり・コーン・しめじ・人参・万能ねぎ	ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 きな粉蒸しパン	495 kcal 19.5 g 13.8 g 77.0 g 1.2 g	乳・小麦
23	土								
24	日								
25	月	おたんじょうびこんだて ハヤシライス ポテトサラダ スープ・アップルゼリー	ご飯・せんべい・砂糖・油	チーズ・牛乳・豚肉	人参・玉ねぎ・グリーンピース・ジャガイモ・大根・わかめ・寒天	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩・SBハヤシの王子様顆粒・酢	牛乳 せんべい 牛乳 チーズ入りふりかけおにぎり スティック野菜	469 kcal 19.3 g 15.9 g 64.7 g 1.4 g	乳・小麦
26	火	鶏ささみの甘辛丼 豆乳ポテトサラダ みそ汁(ほうれん草・花ふ)	ご飯・じゃが芋・せんべい・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	オレンジ・コーン・パプリカ赤・ほうれん草・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 人参のおやき フルーツ(オレンジ)	416 kcal 18.2 g 8.5 g 71.3 g 0.9 g	乳・小麦
27	水	ご飯 カラスカレイの磯パン粉揚げ 切干大根の煮物 みそ汁(もやし・玉ねぎ) フルーツ(バナナ)	ご飯・さつまい・バター・パン粉・せんべい・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・牛乳・豚肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・キャベツ・バナナ・もやし・りんご・玉ねぎ・人参・切干大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 さつまいの黄金焼き フルーツ(りんご)	546 kcal 19.4 g 18.0 g 81.6 g 0.7 g	乳・小麦
28	木	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉と小松菜の中華炒め かぼちゃとねぎのサラダ スープ(白菜・人参)	ごま油・ご飯・砂糖・せんべい・小麦粉・油	きな粉・牛乳・鶏肉・豆乳	かぼちゃ・コーン・玉ねぎ・小松菜・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・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 きなこ豆乳パンケーキ	470 kcal 18.6 g 15.8 g 67.9 g 1.3 g	乳・小麦
29	金	運動会のため、給食・おやつ提供なし							
30	土	ご飯 助宗タラのおろしソース 鶏じゃが炒め みそ汁(焼ふ・ごぼう) フルーツ(オレンジ)	せんべい・ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・焼ふ・片栗粉・油・ビスケット	ステーキ・牛乳・鶏肉・味噌	オレンジ・ごぼう・ピーマン・人参・大根	みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 せんべい 牛乳 ビスケット	491 kcal 21.4 g 17.5 g 66.4 g 1.7 g	乳・小麦

※都合により、献立を変更する場合がございます。

