

・給食を提供するにあたり、毎月献立の食材について確認していただいております。
 該当項目に下記の通りチェックをお願いいたします。
 ・アレルギー食品：ピンクのマーク
 ・食べたことがない食品：黄色のマーク

※確認した食材の対応については保護者と相談して決めてさせていただきます。
 ※アレルギーに関しては医師の指示のもと調整し、対応させていただきます。

お名前： _____

リトルキッズ 月齢	昼食	3色食品群				3色食品群以外の 使用食材	アレルギー 表示(※)	
		午後おやつ (1-2歳児のみ)	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			
1	火	ごはん 白米サラダ フルーツ(黄桃缶)	牛乳 マカロニせんべい 牛乳 マカロニきなこ	ご飯・マカロニ・砂糖 油・キャロットせんべい	牛乳・味噌・きなこ 豚肉	玉ねぎ・人参・白菜 グリーンピース・黄桃 缶・レーズン	酒・精製塩・ハヤシ ラー油	乳・小麦
2	水	ご飯 鶏肉とキャベツのトマト煮込み 切干大根とチンゲン菜のサラダ スープ 黄桃ケーキ	牛乳 きなこせんべい 牛乳 黄桃ケーキ	ご飯・砂糖・油・きな こせんべい・ゴマ 油・バター	牛乳・鶏肉・豆乳	カットマト・パセリ キャベツ・チンゲン 菜・パプリカ黄・玉ねぎ ・人参・切干大根・ 長ねぎ・黄桃缶	ケチャップ・ペーキング パウダー・出し汁・ 醤油・酢・水・精製塩	乳・小麦
3	木	中華風やしよーめん じゃが芋のごまがめ フルーツ(オレンジ)	牛乳 ブレーンクッキー 牛乳 ふりかけおにぎり チーズ	ごま・ごま油・じゃが 芋・ソーメン・砂糖 ・片栗粉・油・ブレーン クッキー	牛乳・鶏肉・チーズ	オムレツ・きゅうり・ワ カメ・人参	みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・酢・水 ・ふりかけ(ゆかり)	乳・小麦
4	金	ツナと小松菜のまぜごはん 南瓜とアスパラのシチュー ヨーグルト	牛乳 ベビースティック 牛乳 イチゴジャムサンド	ご飯・バター・砂糖 ・小麦粉・油・ゴマ 油・食パン・イチゴ ジャム・ベビース ティック	ツナフレーク缶・ ヨーグルト・牛乳・鶏 肉・豆乳	かぼちゃ・グリーンア スパゲティ・人参・玉 ねぎ・小松菜	出し汁・醤油・水・精 製塩	乳・小麦
5	土	ご飯 白糸タラののおみそ煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	牛乳 おさつでポン 牛乳 洋なしケーキ	ごま油・ご飯・砂糖 ・小麦粉・油・バ ター・おさつでポン	シロイタダ・牛乳・ 豆腐・味噌・豆乳	キヌサヤ・ほうれん 草・人参・大根・白 菜・洋なし缶	みりん風調味料・出し 汁・醤油・酢・ペーキ ングパウダー	乳・小麦
6	日	お休み						
7	月	ご飯 カラスカレイの照り焼き ひじきの炒り煮 みそ汁	牛乳 豆花クッキー 牛乳 きなこケーキ オレンジ	ご飯・バター・砂糖 ・小麦粉・油・豆花 クッキー	カラスカレイ・牛乳・ 豆腐・味噌・きなこ	インゲン・オレンジ・ コーン・ひじき・ブロッ コリー・玉ねぎ・人参・ 白菜	みりん風調味料・出し 汁・醤油・精製塩・ ペーキングパウダー	乳・小麦
8	火	鶏肉のケチャップパスタ さつまいもサラダ ライススープ	牛乳 まんぼんせん 牛乳 パインの米粉蒸しパン	さつまいも・スパゲッ ティ・バター・砂糖 ・米粉・片栗粉・油・ まんぼんせん・マ ヨネーズ	牛乳・鶏肉・豆乳	グリーンアスパラ・パ プリ・人参・ピーマン・ イチョウ・豆腐・パプリ カ赤・玉ねぎ	ウスターソース・ケ チャップ・ペーキング パウダー・酒・出し 汁・水・精製塩	乳・小麦・ 卵
9	水	麻婆豆腐丼 ほうれん草と大根のサラダ すまし汁	牛乳 かぼちゃポーロ 牛乳 くずもち風	ごま油・ご飯・砂糖 ・片栗粉・かぼちゃ ポーロ	牛乳・豆腐・豚肉・ 味噌・油揚げ・豆 乳・きな粉	グリーンピース・ニラ・ ほうれん草・玉ねぎ・ 人参・大根・万能ねぎ	出し汁・醤油・水・精 製塩	乳・小麦
10	木	鉄分強化！ふりかけご飯 おじと野菜のとりみ煮 小松菜とパプリカの醤油炒め みそ汁	牛乳 きなこせんべい 牛乳 フルーツヨーグルト	ご飯・砂糖・片栗粉 ・油・きなこせんべい	エビ・ヨーグルト・味 噌・牛乳	インゲン・パプリカ黄・ 玉ねぎ・小松菜・人参・ 長ねぎ・みかん缶・パイン 缶	みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・水	乳・小麦・ えび
11	金	ポークカレーライス トマトとワカメのしらすサラダ フルーツ(バナナ)	牛乳 ブレーンクッキー 牛乳 ドーナツ	ご飯・じゃが芋・砂 糖・小麦粉・油・マ ヨネーズ・ブレーンク ッキー	しらす干し・牛乳・ 豚肉	トマト・バナナ・ワカ メ・玉ねぎ・人参	SBカレーの王子さま 精製塩・酒・酢・水・精 製塩	乳・小麦
12	土	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉と野菜の彩り炒め 大根のツナ和え みそ汁	牛乳 ベビースティック 牛乳 りんごゼリー チーズ	ご飯・砂糖・焼ふ ・油・ベビースティ ック	牛乳・鶏肉・味噌・ チーズ	ごぼう・パプリカ黄・ 人参・大根・りんご ジュース	ふりかけ・みりん風調 味料・酒・出し汁・醬 油・酢・水	乳・小麦
13	日	お休み						
14	月	ご飯 豚肉の玉ねぎソース きゅうりと人参のサラダ みそ汁	牛乳 おさつでポン 牛乳 ホットケーキ	ごま油・ご飯・砂糖 ・小麦粉・油・イチゴ ジャム・おさつでポ ン	牛乳・豆腐・豚肉・ 味噌・豆乳	キヌサヤ・きゅうり・ブ ロッコリー・玉ねぎ・ 人参	酒・出し汁・醤油・酢・ 水・ペーキングパウ ダー	乳・小麦
15	火	鉄分強化！ふりかけご飯 鉄のあまから煮 さつまいもの塩金平 みそ汁	牛乳 キャロットせんべい 牛乳 ピザトースト オレンジ	ご飯・さつまいも・砂 糖・油・食パン・マ ヨネーズ・キャロット せんべい	牛乳・鮭・味噌・油 揚げ・チーズ	オレンジ・ピーマン・ 人参・野菜・白菜・あ おき粉	ケチャップ・ふりかけ・ みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・精製塩	乳・小麦・ 卵

リトルキッズ 月齢	昼食	3色食品群				3色食品群以外の 使用食材	アレルギー 表示(※)	
		午後おやつ (1-2歳児のみ)	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			
16	水	ご飯 助宗タラの磯辺揚げ 豆腐のサラダ みそ汁	牛乳 まんぼんせん 牛乳 マカロニきなこ バナナ	ご飯・マカロニ・砂糖 ・片栗粉・油・ マカロニ・まんぼ んせん	牛乳・味噌・花か つ・お・豆腐・味噌・ 牛乳・きなこ	みりん風調味料・出し 汁・醤油・酢・水	乳・小麦	
17	木	ご飯 豚肉とほうれん草の炒め物 大根の含め煮 みそ汁	牛乳 きなこせんべい 牛乳 パワフルおにぎり	ご飯・砂糖・油・きな こせんべい	豚肉・味噌・油揚 げ・牛乳・チーズ	みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・花かつ お	乳・小麦	
18	金	ご飯 カラスカレイの蒲焼風 チンゲン菜と人参の炒め煮 みそ汁	牛乳 ブレーンクッキー 牛乳 お昼ラク バナナ	ご飯・砂糖・片栗 粉・油・ブレーンク ッキー・鮭・バタ ー	カラスカレイ・味噌・ 牛乳・きなこ	チンゲン菜・トマト・ みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・水	乳・小麦	
19	土	ハヤシライス キャベツとインゲンのしらす和 フルーツ(オレンジ)	牛乳 豆花クッキー 牛乳 チーズスコーン	ご飯・砂糖・油・豆 花クッキー・小麦 粉・バター	しらす干し・豚肉・ チーズ・牛乳・豆乳	インゲン・オレンジ・ SBハヤシの王子さま 精製塩・酒・出し汁・ 醤油・水・ペーキング パウダー	乳・小麦	
20	日	お休み						
21	月	鉄分強化！ふりかけご飯 豆腐と鶏肉のうま煮 キャベツとツナの醤油炒め みそ汁	牛乳 ベビースティック 小麦粉 きなこ小倉ケーキ	ごま油・ご飯・砂糖 ・焼ふ・油・バター・ 小麦粉・ベビース ティック	ツナフレーク缶・鶏 肉・豆腐・味噌・牛 乳・豆乳・きなこ・小 豆缶	キャベツ・グリーンビ ー・玉ねぎ・人参・大 根	ふりかけ・みりん風調 味料・出し汁・醤油・ 精製塩・ペーキング パウダー	乳・小麦
22	火	ご飯 助宗タラの竜田焼き 豚しゃぶサラダ みそ汁	牛乳 かぼちゃポーロ 牛乳 豆腐寒天入り フルーツポンチ	ご飯・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油・か ぼちゃポーロ	スケソウタラ・豚肉・ 味噌・牛乳・豆乳	きゅうり・トマト・みかん 缶・ワカメ・人参・水 菜・ペーキングパウ ダー・黄桃缶・寒天	みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・酢	乳・小麦
23	水	ご飯 鶏肉のから揚げ 白菜のごま和え みそ汁	牛乳 きなこせんべい 牛乳 白桃ケーキ	ご飯・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油・ バター・きなこせん べい	鶏肉・味噌・牛乳・ 豆乳	なす・なめこ・ブロッ コリー・人参・生薬・白 菜・白桃缶	酒・出し汁・醤油・ ペーキングパウダー	乳・小麦
24	木	イチョウ バナナ りんご 豆	牛乳 おさつでポン 牛乳 グレープゼリー フルーツ(オレンジ)	ご飯・スパゲティ・バ ター・マヨネーズ・砂 糖・油・おさつでポ ン	ハンバーグ・豆腐・牛 乳・チーズ	オレンジ・キャベツ・き ゅうり・コーン・しめじ・ ブロッコリー・玉ねぎ・ 人参・グレープジュ ース・寒天	みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・精製塩	乳・小麦・ 卵
25	金	ご飯 鶏肉のねぎ風味焼き 切干大根の煮物 みそ汁	牛乳 ブレーンクッキー 牛乳 くずもち風	ご飯・砂糖・片栗 粉・油・ブレーンク ッキー	鶏肉・豆腐・味噌・ 油揚げ・牛乳・豆 乳・きなこ	キヌサヤ・チンゲン 菜・玉ねぎ・人参・切 干大根・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・精製塩	乳・小麦
26	土	ご飯 カラスカレイのみそマヨ焼き 野菜スパゲティサラダ すまし汁	牛乳 まんぼんせん 牛乳 バナナショート ケーキ	ごま油・ご飯・スパ ゲティ・マヨネ ーズ・砂糖・油・バ ター・食パン・ま んぼんせん	カラスカレイ・味噌・ 牛乳・きなこ	インゲン・オレンジ・ キャベツ・きゅうり・玉 ねぎ・人参・長ねぎ	出し汁・醤油・酢・精 製塩・水	乳・小麦
27	日	お休み						
28	月	ご飯 白糸タラの甘辛焼き キャベツとトマトのマヨサラダ みそ汁	牛乳 豆花クッキー 牛乳 洋なしケーキ	ご飯・マヨネーズ・ 砂糖・小麦粉・焼 ふ・油・豆花クッ キー・バター	シロイタダ・味噌・ 牛乳・豆乳	キャベツ・トマト・玉 ねぎ・人参・大根・洋 なし缶	酒・出し汁・醤油・ 酢・精製塩・水・ペ ーキングパウダー	乳・小麦
29	火	ご飯 りんごが ほうれん草のツナ炒め みそ汁	牛乳 キャロットせんべい 牛乳 フルーツヨーグルト	ご飯・じゃが芋・砂 糖・油・キャロット せんべい	ツナフレーク缶・豚 肉・味噌・牛乳・ヨ ーグルト	なめこ・ほうれん草・ 玉ねぎ・枝豆・人参・ 万能ねぎ・玉ねぎ・ みかん缶・パン缶	みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・精製塩	乳・小麦
30	水	ご飯 助宗タラの磯辺揚げ 豆腐のサラダ みそ汁	牛乳 おさつでポン 牛乳 バナナドーナツ	ごま油・ご飯・花ふ ・砂糖・片栗粉・油・ 小麦粉・おさつでポ ン	スケソウタラ・花か つ・お・豆腐・味噌・ 牛乳	あおき粉・かぼちゃ・ バナナ・ブロッコリー・ 小松菜・人参	みりん風調味料・出し 汁・醤油・酢・水・ ペーキングパウダー	乳・小麦

年齢	給食栄養目標量		当月平均給食栄養量			
	たんぱく質g	塩分g	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂肪g	炭水化物g
3~5歳	585/24.1/16.2/85.5/1.6未満	1.5	615	22.8	16.9	90.5
1~2歳	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	1.2	510	18.7	14.5	71.8

※3色食品群は食品中に含まれる栄養素を見たもので分かりやすくするための目安です。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歳児の栄養価は、午前おやつ・昼食・午後おやつのご合計栄養価になります。

