・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：ピンクのマーカー
・食べたことがない食品：黄色のマーカー

※確認した食材の対応については保護者と相談して決め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：

7月

リトルキッズ	昼食		午前おやつ(1～2歳児のみ) 午後おやつ	3色食品群 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	3色食品群以外の使用食材	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに)
1	木	ご飯 カラスカレイの漬け焼き ひじきの煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	牛乳 きなこせんべい 牛乳 ピザトースト	ご油・ご飯・砂糖・油・きなこせんべい・食パン・マヨネーズ	カラスカレイ・牛乳・豚肉・味噌・油揚げ・チーズ	オレンジ・キヌサヤ・きゅうり・ひじき・人参・白菜・青のり	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩・ケチャップ	乳・小麦・卵
2	金	豚肉の甘辛丼 チンゲン菜とコーンの中華和え すまし汁	牛乳 プレーンクラッカー 牛乳 お麩ラスク パイン	ご油・ご飯・砂糖・油・プレーンクラッカー・バター・麩	牛乳・豆腐・豚肉・味噌・きな粉	グリンピース・コーン・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・万能ねぎ・パイン缶	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	乳・小麦
3	土	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラのみそ焼き 豚肉と野菜の炒め煮 すまし汁 ヨーグルト	牛乳 まんまぼんせん 牛乳 ホットケーキ	ご飯・砂糖・油・まんまぼんせん・小麦粉・イチゴジャム	スケソウタラ・ヨーグルト・牛乳・豚肉・味噌・油揚げ・豆乳	ごぼう・ブロッコリー・玉ねぎ・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦
4	日	**お休み**						
5	月	ご飯 鮭の豆乳クリームソース 切干大根のそぼろ煮 スープ フルーツ(パイン缶)	牛乳 キャロットせんべい 牛乳 きなこ小倉ケーキ	ご飯・砂糖・小麦粉・油・キャロットせんべい・バター	牛乳・鶏肉・鮭・豆乳・きな粉・小豆缶	インゲン・グリンピース・ごぼう・パイナップル缶・玉ねぎ・人参・切干大根・白菜	みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦
6	火	ご飯 鶏肉と小松菜のごま炒め 大根と人参の和え物 みそ汁	牛乳 ベビースティック 牛乳 しらすとふりかけおにぎり	ご油・ご飯・花ふ・砂糖・油・ベビースティック・ごま油	牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・しらす	玉ねぎ・小松菜・人参・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・塩・ふりかけ	乳・小麦
7 水	イベント献立	●七夕そうめん なすとそぼろのみそ炒め かぼちゃの含め煮 フルーツ(バナナ)	牛乳 おさつでポン 牛乳 星形ゼリー入り フルーツポンチ	ソーメン・砂糖・油・おさつでポン	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・味噌・豆乳	オクラ・かぼちゃ・キヌサヤ・コーントマト・なす・バナナ・玉ねぎ・ミカン缶・パイン缶・キウイフルーツ・粉寒天	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	乳・小麦
8	木	ご飯 ユビチリ風鶏肉とブロッコリー炒め スープ	牛乳 まんまぼんせん 牛乳 ブルーベリージャムサンド	ご飯・砂糖・焼ふ・片栗粉・油・ごま油・食パン・ブルーベリージャム・まんまぼんせん	牛乳・鶏肉	ワカメ・玉ねぎ・人参・グリーンピース・ブロッコリー	出し汁・醤油・水・精製塩・ケチャップ・鶏ガラスープ	乳・小麦
9	金	夏野菜カレー 白菜と人参のしらすサラダ フルーツ(黄桃缶)	牛乳 豆花クッキー 牛乳 チーズスコーン	ご油・ご飯・砂糖・小麦粉・油・豆花クッキー・バター	牛乳・豚肉・チーズ・豆乳・しらす	かぼちゃ・なす・玉ねぎ・人参・白菜・黄桃缶	SBカレーの王子さま顆粒・酒・醤油・酢・水・ベーキングパウダー	乳・小麦
10	土	鉄分強化！ふりかけご飯 ツナコロッケ ささみとチンゲン菜のサラダ みそ汁	牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 マカロニきなこ バナナ	ご油・ご飯・じゃが芋・パン粉・砂糖・小麦粉・油・南瓜ボーロ・マカロニ	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・味噌・油揚げ・きな粉	チンゲン菜・ブロッコリー・玉ねぎ・人参・長ねぎ・バナナ	ふりかけ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	乳・小麦
11	日	**お休み**						
12	月	麻婆豆腐丼 ツナと小松菜の炒め スープ	牛乳 きなこせんべい 牛乳 くずもち風	ご飯・砂糖・片栗粉・油・きなこせんべい	牛乳・味噌・油揚げ・ツナフレーク缶・豆乳・豆腐・きな粉・豚シンチ	玉ねぎ・小松菜・人参・ニラ・グリーンピース	出し汁・醤油・精製塩	乳・小麦
13	火	ソース焼きうどん さつま芋の甘煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)	牛乳 プレーンクラッカー 牛乳 ドーナツ	うどん・さつま芋・砂糖・油・小麦粉・バター・プレーンクラッカー	牛乳・豆腐・豚肉・豆乳	あおさ粉・オレンジ・キャベツ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・水・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦
14	水	ご飯 ポークチャップ チンゲン菜と人参のナムル風 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	ご油・ご飯・砂糖・小麦粉・焼ふ・油・キャロットせんべい	牛乳・豚肉・味噌・ヨーグルト	チンゲン菜・・ピーマン・玉ねぎ・人参・長ねぎ・黄桃缶・パイン缶	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	乳・小麦
15	木	ご飯 カラスカレイの漬け焼き ひじきの煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	牛乳 ベビースティック 牛乳 小倉サンド	ご油・ご飯・砂糖・油・ベビースティック・食パン	カラスカレイ・牛乳・豚肉・味噌・油揚げ・小豆缶	オレンジ・キヌサヤ・きゅうり・ひじき・人参・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	乳・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	塩分g	当月平均給与栄養量 エネルギーkcal	たんぱくg	脂質g	炭水化物g
3～5 歳	585/24.1/16.2/85.5/1.6未満	1.5	602	23.3	18.0	84.0
1～2 歳	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	1.2	491	19.1	15.3	66.9

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		午前おやつ(1～2歳児のみ) 午後おやつ	3色食品群 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	3色食品群以外の使用食材	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに)
16	金	なすのミートソーススパゲッティ さつま芋サラダ スープ	牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 黄桃ケーキ	さつま芋・スパゲッティ・砂糖・小麦粉・油・南瓜ボーロ・バター・マヨネーズ	鶏肉・豆乳・牛乳	インゲン・なす・パセリ・ワカメ・玉ねぎ・人参・黄桃缶	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦・卵
17	土	ご飯 鶏肉の中華炒め 白菜のツナサラダ みそ汁	牛乳 おさつでポン 牛乳 オレンジゼリー チーズ	ご油・ご飯・じゃが芋・砂糖・おさつでポン	ツナフレーク缶・鶏肉・味噌・チーズ・牛乳	えのき茸・パプリカ黄・小松菜・白菜・オレンジジュース・粉寒天	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩・酢	乳・小麦
18	日	**お休み**						
19	月	ご飯 豚肉の冷しゃぶ かぼちゃのバターソテー すまし汁	牛乳 豆花クッキー 牛乳 お麩ラスク パイン	ご油・ご飯・バター・砂糖・片栗粉・豆花クッキー・麩	豚肉・油揚げ・きな粉・牛乳	かぼちゃ・キヌサヤ・キャベツ・玉ねぎ・人参・パイン缶	酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	乳・小麦
20	火	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイのパン粉焼き 豚肉とチンゲン菜の煮物 みそ汁 フルーツ(洋梨缶)	牛乳 まんまぼんせん 牛乳 バナナ&ミカンヨーグルト	ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・油・まんまぼんせん・	カラスカレイ・豚肉・味噌・ヨーグルト・牛乳	チンゲン菜・ブロッコリー・ワカメ・玉ねぎ・人参・洋なし缶・バナナ・ミカン缶	ふりかけ・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	乳・小麦
21	水	ご飯 えびと大豆の豆乳煮 白菜とスナップエンドウのオーロラサラダ すまし汁	牛乳 きなこせんべい 牛乳 ホットケーキ 小倉小豆添え	ご飯・バター・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・きなこせんべい	エビ・大豆・豆乳・油揚げ・小豆缶・牛乳	ごぼう・スナップエンドウ・ほうれん草・玉ねぎ・赤ピーマン・白菜	ケチャップ・酒・出し汁・醤油・水・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦・卵・えび
22	木	**お休み**						
23	金	**お休み**						
24	土	ご飯 豆腐の小松菜あんかけ 大根とコーンのサラダ みそ汁	牛乳 ベビースティック 牛乳 パイン米粉蒸しパン	ご飯・砂糖・片栗粉・油・ベビースティック・米粉	豆腐・豚肉・味噌・豆乳・牛乳	キヌサヤ・コーン・ごぼう・小松菜・大根・パイン缶	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦
25	日	**お休み**						
26	月	鉄分強化！ふりかけご飯 豚肉とチンゲン菜の中華炒め ひじきと枝豆の炒り煮 みそ汁	牛乳 プレーンクラッカー 牛乳 洋梨ケーキ	ご油・ご飯・砂糖・油・小麦粉・バター	豚肉・味噌・油揚げ・豆乳・牛乳	コーン・チンゲン菜・ひじき・玉ねぎ・枝豆・人参・長ねぎ・洋梨缶	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・ベーキングパウダー	乳・小麦
27	火	ご飯 チキンソテー 切干大根とほうれん草のマヨ醤油和え みそ汁	牛乳 まんまぼんせん 牛乳 マカロニきなこ おせんべい	ご飯・マヨネーズ・砂糖・油・まんまぼんせん・おせんべい・マカロニ	鶏肉・味噌・きな粉・牛乳	パプリカ赤・ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人参・切干大根・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	乳・小麦
28	水	ご飯 鮭の和風焼き 小松菜と人参のバターソテー みそ汁 フルーツ(バナナ)	牛乳 豆花クッキー 牛乳 ドーナツ	ご飯・バター・片栗粉・油・豆花クッキー・小麦粉	鮭・味噌・豆乳・牛乳	かぼちゃ・なめこ・バナナ・ブロッコリー・玉ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦
29 木	イベント献立	夏野菜のカレーチーズドリア キャベツときゅうりのサラダ フルーツ(オレンジ)	牛乳 おさつでポン 牛乳 バターシュガートースト	ご飯・バター・マヨネーズ・砂糖・油・おさつでポン・食パン	チーズ・豚肉・きな粉・牛乳	オレンジ・キャベツ・きゅうり・なす・ピーマン・玉ねぎ	SBカレーの王子さま顆粒・ケチャップ・水・精製塩	乳・卵・小麦
30	金	なすのミートソーススパゲッティ さつま芋サラダ スープ	牛乳 キャロットせんべい 牛乳 りんごゼリー チーズ	さつま芋・スパゲッティ・砂糖・小麦粉・油・キャロットせんべい・マヨネーズ	鶏肉・チーズ・牛乳	インゲン・なす・パセリ・ワカメ・玉ねぎ・人参・りんごジュース・粉寒天	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	乳・小麦・卵
31	土	ご飯 鶏肉の中華炒め 白菜のツナサラダ みそ汁	牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 くずもち風	ご油・ご油・ご飯・じゃが芋・砂糖・南瓜ボーロ・片栗粉	ツナフレーク缶・鶏肉・味噌・豆乳・きな粉・牛乳	えのき茸・パプリカ黄・小松菜・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩・酢	乳・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。