

・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	昼食	3色食品群				アレルギー (卵・卵黄・鶏卵・小麦)		
		午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	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
1	日	<b>お休み</b>						
2	月	ご飯 鮭の甘辛だれ 小松菜と人参の煮浸し みそ汁	牛乳 ベビースティック 牛乳 パンケーキ	ご飯・砂糖・片栗粉・油・小麦粉・バター・ベビースティック	牛乳・鮭・味噌・油揚げ・豆腐	トマト・黄桃缶・玉ねぎ・小松菜・人参・パイン缶	みりん風調味料・出し汁・醤油・水・ベーキングパウダー	乳・小麦
3	火	高やし鶏ソテー かぼちゃのごまがらみ フルーツ(オレンジ)	牛乳 きなこせんべい 牛乳 おかわチーズとふりかけおにぎり	ごま・ごま油・ソーメン・砂糖・片栗粉・油・きなこせんべい	牛乳・鶏肉・チーズ・花かつお	オレンジがぼろ・きりうり・ワカメ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・ふりかけ	乳・小麦
4	水	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスケイの磯風味焼き ほうれん草と人参のサラダ みそ汁 フルーツ(バナナ)	牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 イチゴジャムサンド	ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・油・イチゴジャム・食パン・南瓜ボーロ	カラスケイ・牛乳・味噌	あおさ・キャベツ・バナナ・ほうれん草・人参・大根・長ねぎ	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	乳・小麦
5	木	ハヤシライス 白菜サラダ フルーツ(黄桃缶)	牛乳 プレーンクラッカー 牛乳 白くま風豆乳寒天	ご飯・砂糖・油・プレーンクラッカー	豚肉・牛乳・豆腐・小豆缶	グリーンピース・レーズン・黄桃缶・玉ねぎ・人参・白菜・冷凍天・ミカン缶	酒・水・精製塩・酢	乳・小麦
6	金	エビの米粉かき揚げ丼 チンゲン菜と人参の和え物 みそ汁 フルーツ(白桃缶)	牛乳 おさつでぼん 牛乳 チーズスコーン	ご飯・砂糖・米粉・油・チンゲン菜・おさつでぼん	エビ・牛乳・味噌・油揚げ・チーズ	グリーンピース・バラ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白桃缶	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・ベーキングパウダー	乳・小麦・えび
7	土	ご飯 鶏肉のケチャップ炒め 炒り粉豆腐 みそ汁	牛乳 キャラットせんべい 牛乳 バナナ&みかんヨーグルト	ご飯・砂糖・小麦粉・焼酎・油・キャラットせんべい	牛乳・鶏肉・粉豆腐・味噌・ヨーグルト	キャベツ・グリーンピース・ピーマン・玉ねぎ・人参・バナナ・ミカン缶	ウスターソース・ケチャップ・出し汁・醤油・水・精製塩	乳・小麦
8	日	<b>お休み</b>						
9	月	<b>お休み</b>						
10	火	ご飯 のこころココロ甘辛揚げ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁 フルーツ(パイン缶)	牛乳 まんまぼんせん 牛乳 ホットケーキ	ご飯・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油・小麦粉・ブルーベリージャム・まんまぼんせん	牛乳・鶏肉・鮭・味噌・豆腐	インゲン・チンゲン菜・パイナップル缶・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・出し汁・醤油・水・ベーキングパウダー	乳・小麦
11	水	ご飯 豚肉と夏野菜のトマト煮込み ほうれん草のコンソメスープ みそ汁	牛乳 豆花クッキー 牛乳 小倉サンドパン	ごま油・ご飯・砂糖・油・食パン・豆花クッキー	牛乳・豚肉・味噌・油揚げ・小豆缶	カットトマト缶・かぼちゃ・コーン・なす・ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ	ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水	乳・小麦
12	木	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの照り焼き 鶏肉と白菜のひじき煮 みそ汁 フルーツ(洋梨缶)	牛乳 ベビースティック 牛乳 ヨーグルトケーキ	ご飯・砂糖・小麦粉・油・バター・ベビースティック	ステーキタラ・牛乳・鶏肉・味噌・ヨーグルト	インゲン・ごぼう・ひじき・玉ねぎ・人参・白菜・洋なし・レーズン	ふりかけ・みりん風調味料・出し汁・醤油・ベーキングパウダー	乳・小麦
13	金	ボークカレーライス カリフラワーとアスパラのサラダ フルーツ(みかん缶)	牛乳 きなこせんべい 牛乳 カラメル風お麩ラスク 黄桃	ご飯・じゃが芋・砂糖・油・焼酎・バター・きなこせんべい	牛乳・豚肉・豆腐	アスパラ・カリフラワー・みかん缶・玉ねぎ・人参・黄桃缶	SBカレーの王子さま顆粒・酒・酢・水・精製塩	乳・小麦
14	土	ご飯 白糸タラのムニエル 鶏肉とキャベツのおかか和え みそ汁 フルーツ(パイン缶)	牛乳 プレーンクラッカー 牛乳 マカロンきなこ チーズ	ご飯・バター・砂糖・小麦粉・油・マカロン・プレーンクラッカー	シロイタダ・花かつお・牛乳・鶏肉・味噌・きな粉・チーズ	キャベツ・コーン・パイナップル缶・小松菜・人参・長ねぎ	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	乳・小麦
15	日	<b>お休み</b>						

リトルキッズ	昼食	3色食品群				アレルギー (卵・卵黄・鶏卵・小麦)		
		午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	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
16	月	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の豆乳クリーム煮 キャベツと人参のサラダ スープ	牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 ドーナツ	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油・南瓜ボーロ	鶏肉・豆腐・牛乳	キャベツ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦
17	火	ご飯 白糸タラのコーンマヨ焼き 白菜とレッドヒールマンの和え物 みそ汁 フルーツ(パイン缶)	牛乳 キャラットせんべい 牛乳 シュガートースト	ごま油・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油・食パン・バター・キャラットせんべい	シロイタダ・味噌・牛乳・きな粉	インゲン・コーン・ごぼう・パイナップル缶・ブロッコリー・玉ねぎ・水菜・ピーマン・白菜	出し汁・醤油	乳・小麦・卵
18	水	ご飯 豚肉の野菜炒め トマトと大豆のひじきサラダ みそ汁	牛乳 おさつでぼん 牛乳 コーンパンおにぎり ふりかけおにぎり	ごま油・さつまいも・マヨネーズ・砂糖・油・バター・おさつでぼん	大豆・豚肉・味噌・油揚げ・牛乳	チンゲン菜・トマト・ひじき・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	乳・小麦・卵
19	木	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスケイの磯風味焼き ほうれん草と人参のサラダ みそ汁 フルーツ(バナナ)	牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 イチゴジャムサンド	ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・油・イチゴジャム・食パン・南瓜ボーロ	カラスケイ・牛乳・味噌	あおさ・キャベツ・バナナ・ほうれん草・人参・大根・長ねぎ	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	乳・小麦
20	金	ハヤシライス 白菜サラダ フルーツ(黄桃缶)	牛乳 プレーンクラッカー 牛乳 白くま風豆乳寒天	ご飯・砂糖・油・プレーンクラッカー	豚肉・牛乳・豆腐・小豆缶	グリーンピース・レーズン・黄桃缶・玉ねぎ・人参・白菜・冷凍天・ミカン缶	酒・水・精製塩・酢	乳・小麦
21	土	エビの米粉かき揚げ丼 チンゲン菜と人参の和え物 みそ汁 フルーツ(白桃缶)	牛乳 おさつでぼん 牛乳 チーズスコーン	ご飯・砂糖・米粉・油・チンゲン菜・おさつでぼん	エビ・牛乳・味噌・油揚げ・チーズ	グリーンピース・バラ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白桃缶	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・ベーキングパウダー	乳・小麦・えび
22	日	<b>お休み</b>						
23	月	冷やしきつねうどん 鶏肉と野菜のみそ炒め フルーツ(オレンジ)	牛乳 プレーンクラッカー 牛乳 白桃ケーキ	うどん・砂糖・油・小麦粉・バター・プレーンクラッカー	鶏肉・味噌・油揚げ・牛乳	オクラ・オレンジ・コーン・玉ねぎ・人参・白桃缶	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・ベーキングパウダー	乳・小麦
24	火	鉄分強化！ふりかけご飯 ボークカレー・BBQソース 白菜のしらすサラダ みそ汁	牛乳 きなこせんべい 牛乳 豆乳寒天入り フルーツポンチ	ごま油・砂糖・油・きなこせんべい	しらす干し・豚肉・味噌・牛乳・豆腐	ごぼう・ブロッコリー・玉ねぎ・人参・白菜・万能ねぎ・粉寒天・ミカン缶・パイン缶・黄桃缶	ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・酒・出し汁・醤油・酢・水	乳・小麦
25	水	ご飯 カラスケイの野菜あんかけ キャベツのそぼろ炒め みそ汁 フルーツ(バナナ)	牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 ビザトースト	ごま油・ソーメン・花ふ・片栗粉・油・食パン・マヨネーズ・南瓜ボーロ	カラスケイ・鶏肉・牛乳・チーズ	キャベツ・玉ねぎ・人参・あおさ	みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩・ケチャップ	乳・小麦・卵
26	木	人参ビラフ ハンバーグケチャップソース 三色サラダ 大豆スープ フルーツ(みかん缶)	牛乳 おさつでぼん 牛乳 お麩ラスク パイナップル	ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・油・焼酎・おさつでぼん	ハンバーグ・大豆・牛乳	あおさ・キャベツ・きりうり・トマト・みかん缶・人参・大根・パイン缶	精製塩・ケチャップ・ウスターソース・酢・出し汁・醤油	乳・小麦
27	金	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの照り焼き 鶏肉と白菜のひじき煮 みそ汁 フルーツ(洋梨缶)	牛乳 ベビースティック 牛乳 ヨーグルト	ご飯・砂糖・小麦粉・油・バター・ベビースティック	ステーキタラ・牛乳・鶏肉・味噌・ヨーグルト	インゲン・ごぼう・ひじき・玉ねぎ・人参・白菜・洋なし・レーズン	ふりかけ・みりん風調味料・出し汁・醤油・ベーキングパウダー	乳・小麦
28	土	ボークカレーライス カリフラワーとアスパラのサラダ フルーツ(みかん缶)	牛乳 きなこせんべい 牛乳 カラメル風お麩ラスク 黄桃	ご飯・じゃが芋・砂糖・油・焼酎・バター・きなこせんべい	牛乳・豚肉・豆腐	アスパラ・カリフラワー・みかん缶・玉ねぎ・人参・黄桃缶	SBカレーの王子さま顆粒・酒・酢・水・精製塩	乳・小麦
29	日	<b>お休み</b>						
30	月	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の豆乳クリーム煮 キャベツと人参のサラダ スープ	牛乳 キャラットせんべい 牛乳 小倉きなこケーキ	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油・バター・キャラットせんべい	鶏肉・豆腐・牛乳・小豆缶・きな粉	キャベツ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦
31	火	ご飯 白糸タラのコーンマヨ焼き 白菜とパプリカの和え物 みそ汁 フルーツ(パイン缶)	牛乳 豆花クッキー 牛乳 バナナ&黄桃ヨーグルト	ごま油・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油・豆花クッキー	シロイタダ・味噌・牛乳・ヨーグルト	コーン・ごぼう・パイナップル缶・パプリカ赤・ブロッコリー・玉ねぎ・水菜・白菜・バナナ・黄桃缶	出し汁・醤油	乳・小麦・卵

年齢	給食栄養目標量		当月平均給食栄養量			
	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(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	609	22.9	16.4	90.5
1~2歳	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	1.2	496	18.8	14.1	71.8

※3色食品群は食品甲に含まれる栄養素を見た目で分かつ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。

※3色食品群は食品甲に含まれる栄養素を見た目で分かつ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歳児の栄養量は、午前おやつ・昼食・午後おやつ合計栄養量になります。