・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：

12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	水	ご飯 豚肉の生姜煮 春雨のソテー みそ汁		牛乳 お星様せんべい 牛乳 鬼まんじゅう風	ご飯・砂糖・春雨・油・お星様せんべい・さつま芋・小麦粉	ツナフレーク缶・豚肉・味噌・油揚げ・牛乳・豆乳	グリンピース・チンゲン菜・もやし・玉ねぎ・人参・生姜	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
2	木	ご飯 助宗タラのパン粉焼き 炒り粉豆腐 みそ汁 フルーツ(みかん)		牛乳 おさつでぽん 牛乳 マカロニきなこ チーズ	ご飯・バター・パン粉・砂糖・小麦粉・油・おさつでぽん・マカロニ	スケソウタラ・豚肉・粉豆腐・味噌・牛乳・きな粉・チーズ	キャベツ・みかん・玉ねぎ・枝豆・人参・大根	出し汁・醤油・水・精製塩	乳・小麦
3	金	カレーうどん かぼちゃのごまがらめ フルーツ(バナナ)		牛乳 ベビースティック 牛乳 ホットケーキ 小倉小豆添え	うどん・ごま・砂糖・小麦粉・片栗粉・油・ベビースティック	鶏肉・牛乳・小倉小豆缶・豆乳	かぼちゃ・バナナ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	SBカレーの王子さま顆粒・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
4	土	豚丼 ほうれん草の豆サラダ 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・花ふ・砂糖・油・きなこせんべい	大豆・豚肉・味噌・牛乳・ヨーグルト	ほうれん草・玉ねぎ・人参・白菜・バナナ・ミカン缶・キウイフルーツ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	乳・小麦
5	日	お休み							
6	月	ご飯 チキンのバターソテー 小松菜と人参のおかかサラダ みそ汁		牛乳 プレーンクラッカー 牛乳 チーズスコーン	ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・小麦粉・油・プレーンクラッカー	花かつお・鶏肉・味噌・牛乳・チーズ・豆乳	ピーマン・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	酒・出し汁・醤油・酢・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦
7	火	ご飯 豆腐と鶏肉の煮物 さつま芋と枝豆の甘辛焼き みそ汁		牛乳 まんまぼんせん 牛乳 しらす＆おかかとふりかけおにぎり	ご飯・さつま芋・砂糖・小麦粉・油・まんまぼんせん	鶏肉・豆腐・味噌・牛乳・しらす干し・花かつお	なす・ほうれん草・玉ねぎ・枝豆・人参・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・穀物ふりかけ	乳・小麦
8	水	ご飯 豚肉とチンゲン菜の中華炒め トマトのコーンサラダ みそ汁		牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 おからドーナツ	ご飯・ごま・砂糖・焼ふ・油・南瓜ボーロ・小麦粉・バター	豚肉・味噌・牛乳・おから・豆乳	コーン・ごぼう・チンゲン菜・トマト・もやし・人参	酒・出し汁・醤油・酢・ベーキングパウダー	乳・小麦
9	木	ナポリタン 小松菜と人参のしらすサラダ スープ		牛乳 胚芽クッキー 牛乳 お麩ラスク ふかし芋	スパゲッティ・砂糖・油・胚芽クッキー・お麩・バター・さつま芋	しらす干し・鶏肉・牛乳・きな粉	かぼちゃ・ピーマン・玉ねぎ・小松菜・人参・長ねぎ	ウスターソース・ケチャップ・出し汁・醤油・酢・精製塩	乳・小麦
10	金	ハヤシライス 白菜サラダ スープ 黄桃缶		牛乳 おさつでぽん 牛乳 きなこトースト	ご飯・砂糖・食パン・バター・おさつでぽん	豚肉・きな粉・牛乳	グリーンピース・レーズン・白菜・大根・玉ねぎ・インゲン・黄桃缶	酒・だし汁・酢・醤油・塩・SBハヤシの王子様	乳・小麦
11	土	Christmas Party							
12	日	お休み							
13	月	ケチャップライス マカロニグラタン風 スープ フルーツ(りんご)		牛乳 キャロットせんべい 牛乳 白桃ケーキ	ご飯・バター・パン粉・マカロニ・小麦粉・キャロットせんべい	ツナフレーク缶・鶏肉・豆乳・牛乳	グリンピース・コーン・ブロッコリー・りんご・玉ねぎ・大根・白桃缶	ケチャップ・出し汁・醤油・水・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦
14	火	ご飯 鮭のバター醤油焼き 豚肉と小松菜の炒め煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)		牛乳 豆花クッキー 牛乳 どらやき	ご飯・さつま芋・バター・砂糖・油・豆花クッキー・小麦粉	鮭・豚肉・味噌・牛乳・豆乳・小倉小豆缶	オレンジ・パプリカ赤・玉ねぎ・小松菜・人参・万能ねぎ	酒・出し汁・醤油・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦
15	水	ご飯 豚肉の生姜煮 春雨のソテー みそ汁		牛乳 プレーンクラッカー 牛乳 ヨーグルトムースのフルーツサンドパン	ご飯・砂糖・春雨・油・プレーンクラッカー・食パン	ツナフレーク缶・豚肉・味噌・油揚げ・牛乳・ヨーグルト	グリンピース・チンゲン菜・もやし・玉ねぎ・人参・生姜・バナナ・黄桃缶	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	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	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g
3～5 歳	390/16.1/10.8/57.0/1.1未満	1.5	391	16.0	10.0	57.1
1～2 歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	1.2	289	11.9	7.4	42.3

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	木	ご飯 鶏肉の野菜炒め 小松菜とれんこんのちりめん煮 みそ汁		牛乳 まんまぼんせん 牛乳 マカロニナポリタン	ご主油・ご飯・じゃが芋・砂糖・焼ふ・まんまぼんせん・マカロニ・バター	ちりめん干し・鶏肉・味噌・牛乳・ツナフレーク缶	コーン・ピーマン・れんこん・玉ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・ケチャップ・塩・ウスターソース	乳・小麦	
17	金	ご飯 麻婆豆腐 かぶとチンゲン菜のツナサラダ スープ		牛乳 ベビースティック 牛乳 スイートポテト	ご主油・ご飯・砂糖・片栗粉・ベビースティック・バター・さつま芋・黒ごま	ツナフレーク缶・豆腐・豚肉・味噌・牛乳・豆乳	かぶ・グリンピース・チンゲン菜・もやし・ワカメ・人参・長ねぎ	出し汁・醤油・酢・水・精製塩	乳・小麦	
18	土	ご飯 鮭の香草マヨ焼き 大根と昆布の煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)		牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 りんごのバター煮 チーズ	ご飯・ノンエッグマヨネーズ・小麦粉・油・南瓜ボーロ・バター・砂糖	鮭・味噌・牛乳・チーズ	えのき茸・オレンジ・キャベツ・パセリ・玉ねぎ・昆布・小松菜・人参・大根・りんご	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	乳・小麦	
19	日	お休み								
20	月	味噌煮込みうどん 豆腐サラダ オレンジ		牛乳 胚芽クッキー 牛乳 じゃが芋おやき	うどん・ごま油・砂糖・胚芽クッキー・マッシュポテト	豆腐・豚肉・油揚げ・牛乳・チーズ・豆乳	オレンジ・キヌサヤ・トマト・ワカメ・玉ねぎ・人参・白菜	酒・だし汁・青のり・酢	乳・小麦	
21	火	鉄分強化！ふりかけご飯 キャベツとひき肉のみそ炒め ひじきの炒り煮 すまし汁		牛乳 おさつでぽん 牛乳 人参ドーナツ	ご飯・砂糖・片栗粉・油・おさつでぽん・小麦粉・バター	豚肉・味噌・油揚げ・牛乳・豆乳	かぶ・キャベツ・グリンピース・ひじき・玉ねぎ・人参・水菜	ふりかけ・酒・出し汁・醤油・水・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦	
22	水	ご飯 白糸タラの磯風味焼き きゅうりとささみのサラダ みそ汁 フルーツ(バナナ)		牛乳 きなこせんべい 牛乳 ストロベリームース 手作りピザ	ご飯・じゃが芋・ノンエッグマヨネーズ・砂糖・小麦粉・油・きなこせんべい・ピザ生地	シロイトタラ・鶏肉・味噌・牛乳・ツナフレーク缶・チーズ・豆乳生クリーム・ホイップクリーム	あおさ粉・きゅうり・バナナ・玉ねぎ・人参・白菜・フローズンイチゴ・レモン汁・コーン・ピーマン・プチトマト	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩・ピザソース・ゼラチン	乳・小麦	ストロベリームース(Chick・Rabbit) 手作りピザ(Pony)
23 木	イベント献立	コーンチャーハン風 鶏のごまから揚げ 白菜の中華和え スープ アップルゼリー		牛乳 まんまぼんせん 牛乳 小倉小豆サンドパン	ご・ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油・まんまぼんせん・食パン	鶏肉・牛乳・小倉小豆缶	インゲン・コーン・りんごジュース・ワカメ・寒天・小松菜・人参・生姜・大根・長ねぎ・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	乳・小麦	
24 金	イベント献立	ツナコーンピラフ ●ローストチキン ●雪だるまポテトサラダ スープ フルーツ(りんご)		牛乳 ベビースティック 牛乳 ヨーグルトケーキ	ご主・ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・油・ベビースティック・小麦粉	ツナフレーク缶・鶏肉・豆乳・牛乳・ヨーグルト	かぶ・コーン・トマト・ブロッコリー・りんご・玉ねぎ・人参・白菜・レーズン	ケチャップ・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	
25	土	ご飯 鶏肉と大根の煮物 さつま芋サラダ みそ汁		牛乳 お星様せんべい 牛乳 豆乳くずもち風	ご飯・さつま芋・砂糖・油・お星様せんべい・片栗粉・ノンエッグマヨネーズ	鶏肉・味噌・牛乳・豆乳・きな粉	あおさ粉・えのき茸・キヌサヤ・ごぼう・人参・水菜・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	乳・小麦	
26	日	お休み								
27	月	ご飯 白糸タラと野菜の彩り炒め ほうれん草と人参の煮浸し みそ汁 フルーツ(パイン缶)		牛乳 プレーンクラッカー 牛乳 おかかチーズとふりかけおにぎり	ご飯・砂糖・片栗粉・油・プレーンクラッカー	シロイトタラ・味噌・牛乳・花かつお・チーズ	パイナップル缶・ピーマン・ほうれん草・れんこん・ワカメ・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・出し汁・醤油・水・穀物ふりかけ	乳・小麦	
28	火	午前保育のため昼食はなし		牛乳 キャロットせんべい	キャロットせんべい	牛乳			乳	
29	水	お休み								
30	木	お休み								
31	金	お休み								

※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。