

・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
 ・食べたくない食品：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： _____

月	日	給食	3色食品群				3色食品群以外の使用食材		アレルギー (※アレルギー表示あり)	
			午後おやつ (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	アレルギー (※アレルギー表示あり)			
2月	1	火	ご飯 肉豆腐 キャベツとトマトのごまサラダ みそ汁	牛乳 キャロットせんべい チーズスコーン	ごま・ご飯・じゃが芋・ 砂糖・油・キャロットせんべい・小麦粉・バター	豆腐・豚肉・味噌・牛乳 ・チーズ・豆乳	キャベツ・ごぼう・トマト・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・酢・ベー キングパウダー	乳・小麦	
	2	水	鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラのサクサクフライ 鶏肉とチンゲン菜の信田煮 スープ フルーツ(バナナ)	牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 お麩ラスク りんご	ごま・パン粉・砂糖・小 麦粉・油・南瓜ボーロ・ 焼酎・バター	シロイタダ・鶏肉・油 揚げ・牛乳・きな粉	チンゲン菜・バナナ・ パプリカ赤もやし・玉 ねぎ・人参・りんご	ウスターソース・ふりか け・出し汁・醤油・水・ 精製塩	乳・小麦	
	3	木	鬼さんライス トマトとブロッコリーのサラダ みそ汁 フルーツ(オレンジ)	牛乳 ブレインクフラッカー 牛乳 恵方巻風 ジャムロールパン	ご飯・砂糖・油・ブレ インクフラッカー・食パン・ イチゴジャム・ブルー ベリージャム	豚肉・味噌・牛乳	えのき茸・オレンジ・か ぶ・トマト・ピーマン・ワ ッコーリー・レーズン・ワ カメ・玉ねぎ・人参	ケチャップ・みりん風調 味料・酒・出し汁・醤油 ・酢・水	乳・小麦	
	4	金	けんちんうどん チンゲン菜のツナソテー ヨーグルト	牛乳 まんぼうせん 牛乳 フレンチフライ	うどん・砂糖・油・ま んぼうせん・じゃが芋	ツナフレーク煮・ヨーグル ト・鶏肉・豆腐・牛乳	コーン・チンゲン菜・人 参・大根・長ねぎ	みりん風調味料・出し 汁・醤油・水・精製塩・ ケチャップ	乳・小麦	
	5	土	ご飯 豚肉と小松菜の甘辛炒め 白菜と人参のおからサラダ みそ汁	牛乳 きなこせんべい 牛乳 パンクキンパンケーキ	ご飯・砂糖・油・きな こせんべい・小麦粉・バ ター	花かつお・豚肉・味噌・ 牛乳・豆乳	ごぼう・玉ねぎ・小松 菜・人参・白菜・万能 ねぎ・南瓜	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	
	6	日	お休み							
	7	月	ご飯 かぼちゃのシチュー スパゲティサラダ フルーツ(りんご)	牛乳 おきつでぼん 牛乳 チーズおからか ふりかけおにぎり	ご飯・スパゲッティ・砂 糖・油・おきつでぼん	豚肉・牛乳・チーズ・花 かつお	かぼちゃ・きぬぎり・コ ーン・パセリ・りんご・玉 ねぎ・人参	SBシチューの王子さ ま顆粒・酒・酢・水・精 製塩・醤油・ふりかけ	乳・小麦	
	8	火	ご飯 白糸タラの漬け焼き 炒りおから みそ汁 フルーツ(オレンジ)	牛乳 お星様せんべい 牛乳 ドーナツ	ご飯・花ふ・砂糖・油・ お星様せんべい・小麦 粉・バター	おから・シロイタダ・味 噌・油揚げ・牛乳・豆乳	オレンジ・キャベツ・ツ ンゲン菜・チンゲン 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	
	9	水	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉のから揚げ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁	牛乳 胚芽クッキー 牛乳 大学パン	ご飯・砂糖・小麦粉・片 栗粉・油・胚芽ク ッキー・食パン・黒ゴマ	鶏肉・豆腐・味噌・牛 乳	トマト・ほうれん草・も やし・ワカメ・人参・生 姜	ふりかけ・みりん風調 味料・酒・出し汁・醤油	乳・小麦	
	10	木	ひじきご飯 カラカレイの豆乳ソースがけ 鶏さきみと小松菜のサラダ スープ	牛乳 ビスティク 牛乳 マカロニきなこ小豆添え オレンジ	ご飯・砂糖・小麦粉・ 油・ビスティク・マ カロニ	カラカレイ・鶏肉・豆 乳・油揚げ・牛乳・き な粉・小倉小豆缶	オレンジ・コーン・ご ぼう・パセリ・ひじき・小 松菜・人参・白菜	酒・出し汁・醤油・酢・ 精製塩	乳・小麦	
	11	金	お休み							
	12	土	ご飯 鶏の照り焼き 切干大根サラダ みそ汁	牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 黄桃ケーキ	ご飯・砂糖・焼油・ 南瓜ボーロ・小麦粉・ バター	鶏肉・味噌・牛乳・豆 乳	きゅうり・チンゲン菜・ 玉ねぎ・人参・切干大 根・黄桃缶	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	
	13	日	お休み							
	14	月	ハヤシライス かぼちゃサラダ スープ フルーツ(洋なし缶)	牛乳 きなこせんべい 牛乳 ハートクッキー	ご飯・砂糖・きなこ せんべい・小麦粉・バ ター	豚肉・牛乳	インゲン・かぼちゃ・ツ ンゲン菜・コーン・玉 ねぎ・人参・洋なし缶	SBハヤシの王子さ ま顆粒・酒・出し汁・醬 油・酢・水・精製塩	乳・小麦	
	15	火	ご飯 肉豆腐 キャベツとトマトのごまサラダ みそ汁	牛乳 ブレインクフラッカー 牛乳 ビザトースト	ごま・ご飯・じゃが芋・ 砂糖・油・ブレインク フラッカー・食パン・ ノンエッグマヨネーズ	豆腐・豚肉・味噌・牛 乳・チーズ	キャベツ・ごぼう・トマ ト・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・酢・ケ チャップ・青さgol	乳・小麦	
年齢	給与栄養目標量		当月平均給与栄養量							
	エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	塩分g	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	1.6	386	16.1	10.9	58.0				
1～2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	1.3	286	11.9	8.1	43.0				

食べ物は美味しく食べてほしい。長く噛むこと
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。

月	日	給食	3色食品群				3色食品群以外の使用食材		アレルギー (※アレルギー表示あり)	
			午後おやつ (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	アレルギー (※アレルギー表示あり)			
2月	16	水	ご飯 豚肉と大根の煮物 マカロニツナサラダ みそ汁	牛乳 まんぼうせん 牛乳 大学芋	ごま・マカロニミックス・ ノンエッグマヨネーズ・ 砂糖・焼油・まんぼう せん・きつまつ芋・油・ 黒こま	ツナフレーク缶・豚肉・ 味噌・牛乳	コーン・なす・玉ねぎ・ 人参・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	
	17	木	ナポリタン 豚肉と野菜の豆乳スープ フルーツ(白桃缶)	牛乳 豆花クッキー 牛乳 しらすおきのチャーハン	じゃが芋・スパゲッ ティ・バター・砂糖・片 栗粉・油・豆花クッ キー・ゴマ油	鶏肉・豆腐・豚肉・牛 乳・しらす	ピーマン・玉ねぎ・人 参・白菜・白桃缶・ね ぎ・コーン	ケチャップ・ウスター ソース・酒・出し汁・精 製塩・醤油・みりん風 味調味料	乳・小麦	
	18	金	ご飯 肉じゃが キャベツともやしのサラダ みそ汁	牛乳 キャロットせんべい 牛乳 きなこ小豆のケーキ	ご飯・じゃが芋・花ふ・ 砂糖・油・キャロット せんべい・小麦粉・バ ター	豚肉・味噌・油揚げ・牛 乳・きな粉・小豆缶・豆 乳	キャベツ・もやし・玉 ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・酢・ベ ーキングパウダー	乳・小麦	
	19	土	ご飯 鮭の香草マヨ焼き 鶏肉とほうれん草のどろみ煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	牛乳 おきつでぼん 牛乳 あったかきつうどん	ご飯・ノンエッグマヨ ネーズ・砂糖・小麦粉・ 片栗粉・油・おきつで ぼん・うどん	鶏肉・鮭・味噌・牛乳・ 油揚げ	オレンジ・かぶ・トマト・ パセリ・ほうれん草・ワ カメ・玉ねぎ・人参・ね ぎ	出し汁・醤油・みりん風 味調味料・精製塩	乳・小麦	
	20	日	お休み							
	21	月	鉄分強化！ふりかけご飯 カラカレイのミニエール 鶏肉と大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ(白桃缶)	牛乳 胚芽クッキー 牛乳 ホットケーキ りんごジャム添え フルーツ(白桃缶)	ご飯・バター・砂糖・小 麦粉・油・胚芽クッ キー・りんごジャム	カラカレイ・鶏肉・味 噌・牛乳・豆乳	ブロッコリー・ワカメ・玉 ねぎ・小松菜・大根・白 桃缶	ふりかけ・出し汁・醬 油・精製塩・ベーキン グパウダー	乳・小麦	
	22	火	ご飯 鮭とかぶの煮物 きつまつ芋の洋風塩ごま平 みそ汁	牛乳 ビスティク 牛乳 バナナおからドーナツ	ご飯・じゃが芋・きつ まつ芋・ノンエッグマ ヨネーズ・砂糖・ベー スティック・小麦粉	豚肉・味噌・牛乳・お から・豆乳	えのき茸・かぶ・きつ まつ芋・人参・長ね ぎ・白菜・バナナ	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	
	23	水	お休み							
	24	木	コーンピラフ 鶏肉のクリームソースがけ キャベツマカロニサラダ スープ	牛乳 お星様せんべい 牛乳 鮭フレークわかめおにぎり	ご飯・バター・マカロニ ミックス・砂糖・小麦粉・ 油・お星様せんべい・ ごま	鶏肉・豆腐・牛乳・鮭フ レーク	キャベツ・コーン・パセ リ・ブロッコリー・玉 ねぎ・人参・大根・長 ねぎ	出し汁・醤油・酢・精製 塩・わかめふりかけ	乳・小麦	
	25	金	ご飯 白糸タラのごま炒め 鶏肉と豆腐の煮物 みそ汁 フルーツ(しよかん)	牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 ツナマヨトースト	ご飯・砂糖・小麦粉・ 油・南瓜ボーロ・ノ ンエッグマヨネーズ・食 パン	シロイタダ・鶏肉・豆 腐・味噌・牛乳・ツナフ レーク缶	いんげん・ピーマン・ほ うれん草・ワカメ・玉 ねぎ・人参・大根	みりん風調味料・出し 汁・醤油	乳・小麦	
	26	土	鉄分強化！ふりかけご飯 豚肉とじゃが芋の醤油炒め スープ フルーツ(黄桃缶)	牛乳 きなこせんべい 牛乳 キャラメルお麩ラスク りんご	ご飯・じゃが芋・砂糖・ 油・きなこせんべい・焼 酎・バター	エビ・豚肉・牛乳・豆乳	カットトマト缶・か ぶ・ごぼう・パセリ・黄 桃缶・人参・白菜・りんご	ケチャップ・ふりかけ ・酒・出し汁・醤油・水・ 精製塩	乳・小麦・え び	
	27	日	お休み							
	28	月	カレーライス 大根のマヨサラダ フルーツ(白桃缶)	牛乳 ブレインクフラッカー 牛乳 ヨーグルトケーキ	ご飯・じゃが芋・ノン エッグマヨネーズ・砂 糖・油・ブレインクフラ ッカー・小麦粉・バター	豚肉・牛乳・ヨーグルト	コーン・玉ねぎ・枝豆・ 人参・大根・白桃缶・ レーズン・ベーキン グパウダー	酒・水・精製塩	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」でご確認下さい。
 ※都合により、献立を変更する場合がございます。

