

- ・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います。
※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 メニュー	3色食品群					アレルギー (※アレルギー表示あり)
		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	
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 牛乳 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	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 お麩ラスクリン	ご飯・パン・油・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	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 プレーンクッキー 牛乳 恵方巻風 ジャムロールパン	ご飯・砂糖・油・プレーンクッキー・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・ブロッコリー・レーズン・ワカメ・玉ねぎ・人参	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 まんぼうせんべい 牛乳 フレッシュフライ	うどん・砂糖・油・まんぼうせんべい・じゃが芋	ツナフレック・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	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	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 チーズおかゆ 牛乳 おきつでぼん	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・きゅうり・コーン・パセリ・りんご・玉ねぎ・人参	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・リンパース・チンゲン菜・人参	乳・小麦
9	水	鉄分強化！ふりかけご飯 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・生薬	乳・小麦
10	木	ひじきご飯 カラスカレイの豆乳ソースがけ 鶏さきと小松菜のサラダ スープ	牛乳 ベイスティック 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・ベイスティック・マカロニ	カラスカレイ・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	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	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・油・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・リンパース・コーン・玉ねぎ・人参・洋なし缶	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 プレーンクッキー 牛乳 ビザトースト	ごま・ご飯・じゃが芋・砂糖・油・プレーンクッキー・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	乳・小麦
年齢	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量					
3〜5歳	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	

食べ物は良(善)んで食べよう、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。

月 日	給食 メニュー	3色食品群					アレルギー (※アレルギー表示あり)
		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	
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 まんぼうせんべい 牛乳 大学芋	ご飯・マカロニミックス・ノンエッグマヨネーズ・砂糖・焼・まんぼうせんべい・小麦粉・油・黒ゴマ	ツナフレック・豚肉・味噌・牛乳	コーン・なす・玉ねぎ・人参・大根・万能ねぎ	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 しらすとねぎのチャーハン	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	鶏肉・豆乳・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	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	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	乳・小麦
20	日	お休み					
21	月	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイのムニエル 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 牛乳 りんごジャム添え	ご飯・バター・砂糖・小麦粉・油・胚芽クッキー・りんごジャム	カラスカレイ・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	乳・小麦
22	火	ご飯 豚肉と豆腐の煮物 さつま芋の洋風塩ごま平 みそ汁	牛乳 ベイスティック 牛乳 バナナおからドーナツ	ごま・ご飯・さつま芋・バター・砂糖・ベイスティック・小麦粉	豚肉・味噌・牛乳・おから・豆乳	えのき茸・かぶ・キノコ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜・パプリカ	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 鮭フレックとわかめおにぎり	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・ゴマ	鶏肉・豆乳・牛乳・鮭フレック	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	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(いよかん)	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・ツナフレック缶	いよかん・ピーマン・ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人参・大根	乳・小麦
26	土	鉄分強化！ふりかけご飯 エビと野菜のトマト煮込み 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リン	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・かぶ・ごぼう・パセリ・黄桃缶・人参・白菜・りんご	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 スープ フルーツ(白桃缶)	牛乳 プレーンクッキー 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・プレーンクッキー・小麦粉・バター	豚肉・牛乳・ヨーグルト・豆腐	コーン・玉ねぎ・人参・大根・白桃缶・レーズン・ベークینگパウダー・きゅうり・コーン・チンゲン菜	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。

