

リトルキッズ		9月	3色食品群	3色食品群以外の使用食材	1～2歳児	3～5歳児
昼食			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	午後おやつ
1	月	鶏肉の和豆乳ソースかけスパゲティ なすと人參のさっぱり炒め スープ(キャベツ・ごぼう)	いわしせんべい・ごま油・ご飯・スパゲティ・砂糖・小麦粉・油	花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・豚肉・味噌・冷蔵ベビーチーズ Ca・Fe	キャベツ・コーン・ごぼう・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人參	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩 牛乳 いわしせんべい 牛乳 混ぜ込みそばろチーズごはん
2	火	カレーライス 大根のツナサラダ スープ(小松菜・しめじ・フルーツ(オレンジ))	ごま油・ご飯・さつま芋・じゃが芋・ソフトな塩せん・バター・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・牛乳・豚肉・茹小豆缶	オレンジ・しめじ・寒天・玉ねぎ・小松菜・人參・大根	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩 牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 さつま芋の黄金焼き ようかん
3	水	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの蒲焼風 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁(なす・ワカメ・フルーツ(バナナ))	ご飯・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・片栗粉・油	スケソウダラ・牛乳・鶏肉・豆乳・粉豆腐・味噌	トマト・なす・バナナ・ワカメ・人參・白菜	ふりかけ・ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水 牛乳 小魚せんべい 牛乳 粉豆腐のドーナツ
4	木	ご飯 鶏肉のから揚げ チンゲン菜と人參の和え物 みそ汁(花ふ・油揚げ)	ご飯・じゃが芋・しらす・わかつめせんべい・バター・パン粉・マカロニ・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ツナフレック缶・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・油揚げ	チンゲン菜・パセリ・玉ねぎ・人參・水菜・生菜	ケチャップ・酒・出し汁・醤油・精製塩 牛乳 しらす・わかつめせんべい 牛乳 マカロニソフポト焼き
5	金	●さつま芋の黒ごまおにぎり キャベツのコンサラダ フルーツ(りんご)	ごま・ご飯・さつま芋・ほうれん草・小松菜せんべい・砂糖・小麦粉・油	きな粉・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	えのき茸・キャベツ・コーン・りんご・玉ねぎ・人參・舞茸	ベーキングパウダー・酒・醤油・酢・水・精製塩 牛乳 はうれん草と小松菜せんべい きなこスティック
6	土	ご飯 白糸タラの和風ムニエル 大根と鶏ささみのとろみ煮 みそ汁(玉ねぎ・ワカメ・ヨーグルト)	ごま油・ご飯・バター・わかつめせんべい・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイタダ・ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	グリーンピース・ワカメ・玉ねぎ・人參・大根	ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩 牛乳 わかつめせんべい 牛乳 肉まん風
7	日	ご飯 豆腐と豚肉の中華煮 トマトと玉ねぎのおかか・和え みそ汁(かぼちゃ・長ねぎ)	イチゴジャム・ごま油・ご飯・砂糖・小魚すなっく・油	花かつお・牛乳・豆乳・豆腐・豚肉・味噌	かぼちゃ・トマト・みかん・寒天・玉ねぎ・人參・長ねぎ・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水 牛乳 小魚すなっく 牛乳 ジャム・フルーツ豆乳寒天
8	月	肉みそ和えうどん チンゲン菜の信田煮 すまし汁(じゃが芋・ごぼう)	うどん・かぼちゃ&にんじんリング・ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・片栗粉・油	しらす干し・牛乳・豚肉・味噌・油揚げ	インゲン・ごぼう・ズッキーニ・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人參	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩 牛乳 しらす入りふりかけおにぎり スティック野菜
9	火	鶏ささみの甘辛井 切干大根ときゅうりのサラダ みそ汁(花ふ・万能ねぎ)	ご飯・とうもろこしすなっく・花ふ・砂糖・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・味噌	かぼちゃ・きゅうり・グリーンピース・パプリカ赤・りんご・ジュース・レーズン・寒天・玉ねぎ・人參・切干大根・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩 牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 かぼちゃ茶巾 アップルゼリー
10	水	ご飯 鮭の磯風味パン粉焼き 肉じゃが みそ汁(玉ねぎ・油揚げ) フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・バター・じゃが芋・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鮭・豚肉・味噌・油揚げ	牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・油揚げ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩 牛乳 ごま油・バター・パン粉・片栗粉・油
11	木	ご飯 鶏肉と野菜の中華炒め マカロニサラダ スープ(白菜・ごぼう)	いわしせんべい・ごま油・ご飯・マカロニ・クック・砂糖・小麦粉・油	きな粉・牛乳・鶏肉・豆乳	オクラ・コーン・ごぼう・チンゲン菜・玉ねぎ・人參・白菜	ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩 牛乳 いわしせんべい 牛乳 きな粉蒸しパン
12	金	納豆ごはん さつま芋コロッケ 小松菜と人參のごま和え 豚汁(豚肉・豆腐・インゲン)	ごま・ごま油・ご飯・さつま芋・ソーメン・ソフトな塩せん・パン粉・小松菜・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆腐・豚肉・納豆・味噌	インゲン・トマト・ピーマン・玉ねぎ・小松菜・人參	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・水・精製塩 牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 野菜そうめんチャンプルー
13	土	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイのおろしソース かぼちゃと鶏肉のバター醤油炒め みそ汁(なす・長ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・バター・砂糖・小魚せんべい・片栗粉・油	カラスカレイ・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・茹小豆缶	オレンジ・かぼちゃ・なす・パセリ・黄桃缶・寒天・人參・大根・長ねぎ	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩 牛乳 小魚すなっく 牛乳 豆乳焼と大豆の二色寒天
14	日	ご飯 豆腐と野菜のツナ煮 鶏レバーのかりん焼き みそ汁(焼ふ・ワカメ)	ご飯・しらす・わかつめせんべい・りんごジャム・砂糖・小麦粉・焼ふ・片栗粉・油	おかから・ツナフレック缶・牛乳・鶏レバー・豆乳・豆腐・味噌	ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人參	ウスターソース・ケチャップ・ベーキングパウダー・みりん風調味料・出し汁・醤油・水 牛乳 しらす・わかつめせんべい 牛乳 おかからホットケーキ
15	月	鶏肉の和豆乳ソースかけスパゲティ なすと人參のさっぱり炒め スープ(キャベツ・ごぼう)	ごま油・ご飯・スパゲティ・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・小麦粉・油	花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・豚肉・味噌・冷蔵ベビーチーズ Ca・Fe	キャベツ・コーン・ごぼう・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人參	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩 牛乳 はうれん草と小松菜せんべい 牛乳 混ぜ込みそばろチーズごはん
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	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g
1～2歳		585/24.1/16.2/85.5/1.6未満	612	24.8	19.4	90.5
		485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	495	20.2	16.3	71.8



リトルキッズ		昼食	3色食品群			3色食品群以外の使用食材	1～2歳児		3～5歳児	
			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		午後おやつ(1～2歳児のみ)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物(水分)	アレルギー(乳成分・卵・小麦・落花生・そば・大豆・そば・小麦・そば	

※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のを目安です。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。

