

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	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	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	塩分g
3~5歳	585/24.1/16.2/85.5/1.6未満	616	25.3	18.7	91.0	1.5	585/24.1/16.2/85.5/1.6未満	616	25.3	18.7	91.0	1.5
1~2歳	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	498	20.6	15.8	72.1	1.2	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	498	20.6	15.8	72.1	1.2

リトルキッズ	6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		
		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	午前おやつ(1~2歳児のみ)	エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・大豆・ゼラチン・そば・えび・かに)	アレルギー(乳・卵・小麦・大豆・ゼラチン・そば・えび・かに)	午後おやつ	エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・大豆・ゼラチン・そば・えび・かに)	エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・大豆・ゼラチン・そば・えび・かに)
1 水	ご飯 豚肉と野菜の豆乳クリーム煮 トマトとキャベツのサラダスープ	ご飯・砂糖・小麦粉・油・じゃがいも	牛乳・豆乳・豚肉 キャベツ・トマト・ほうれん草・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	牛乳 麦茶 ボテトフライ	477 kcal 19.0 g 14.9 g 70.7 g 1.2 g	591 kcal 23.2 g 17.6 g 89.9 g 1.5 g	牛乳・小麦	牛乳・小麦	牛乳 牛乳 ホットケーキ	466 kcal 19.6 g 13.4 g 70.6 g 1.2 g	571 kcal 23.9 g 15.4 g 88.6 g 1.5 g	牛乳・卵・小麦	牛乳・卵・小麦
2 木	中華風冷やしソーメン じやが芋のごまがらめ フルーツ(オレンジ)	ごま・ごま油・じやが芋・ソーメン・砂糖・片栗粉・油	牛乳・鶏肉 オレンジ・じやうり・ワカメ・人参	牛乳 牛乳 ホットケーキ	467 kcal 19.6 g 13.5 g 70.5 g 1.2 g	571 kcal 23.9 g 15.4 g 88.6 g 1.5 g	牛乳・卵・小麦	牛乳・鶏肉 オレンジ・じやうり・ワカメ・人参	牛乳 牛乳 ホットケーキ	466 kcal 19.6 g 13.4 g 70.6 g 1.2 g	571 kcal 23.9 g 15.4 g 88.6 g 1.5 g	牛乳・卵・小麦	牛乳・卵・小麦
3 金	チキンライス さつま芋のツナグラタン風 スープ ヨーグルト	ご飯・さつま芋・バター・パン粉・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豆乳 ごぼう・バセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ	牛乳 麦茶 ぶどうゼリー・せんべい	532 kcal 21.8 g 18.1 g 75.2 g 1.1 g	660 kcal 26.7 g 21.7 g 94.8 g 1.4 g	牛乳・小麦	牛乳・鶏肉 ツナフレーク缶・ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豆乳	牛乳 牛乳 牛乳	528 kcal 21.7 g 18.0 g 74.3 g 1.1 g	660 kcal 26.7 g 21.7 g 94.8 g 1.4 g	牛乳・小麦	牛乳・小麦
4 土	鉄分強化！ふりかけご飯 白糸カラの和風ムニエル 豆腐と白菜のとろみ煮 みそ汁 フルーツ(洋なし缶)	ご飯・バター・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロトカラ・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌・油揚げ・茹小豆缶 ほうれん草・人参・白菜	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳	535 kcal 21.6 g 14.3 g 83.7 g 1.0 g	663 kcal 26.6 g 21.6 g 105.8 g 1.2 g	牛乳・小麦	かぼちゃ・にんじん・ごぼう・バターナン・砂糖・小麦粉・油	シロトカラ・牛乳・鶏肉・豆乳・白菜・洋なし缶	530 kcal 21.5 g 14.3 g 82.5 g 1.0 g	663 kcal 26.6 g 21.7 g 105.8 g 1.2 g	牛乳・小麦	牛乳・小麦
5 日	ご飯 チヂンゲン菜と豚肉のごまみそ炒め 切干大根ときゅうりのサラダ すまし汁	うどん・ごま・ご飯・砂糖・油	牛乳・鶏肉・豚肉・味噌 きゅうり・コーン・しめじ・チヂンゲン菜・なす・玉ねぎ・小松菜・人参・切干大根	牛乳 牛乳 牛乳	483 kcal 21.3 g 15.6 g 67.3 g 1.4 g	597 kcal 26.2 g 18.4 g 84.5 g 1.8 g	牛乳・小麦	牛乳・鶏肉・豚肉・味噌 きゅうり・コーン・チヂンゲン菜・なす・玉ねぎ・小松菜・人参・切干大根・冬瓜	牛乳 牛乳 牛乳	482 kcal 21.2 g 15.5 g 66.9 g 1.4 g	598 kcal 26.2 g 18.4 g 84.8 g 1.8 g	牛乳・小麦	牛乳・小麦
6 月	ご飯 カラスカレイの照り焼き 豚肉と大根のひじき煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・牛乳・豚肉・味噌 オレンジ・キャベツ・ひじき・ブロッコリー・黄桃缶・人参・大根	牛乳 牛乳 牛乳	477 kcal 18.6 g 17.3 g 66.3 g 0.9 g	585 kcal 22.5 g 20.8 g 82.2 g 1.1 g	牛乳・小麦	ご飯・砂糖・油 カラスカレイの照り焼き 豚肉と大根のひじき煮 みそ汁 フルーツ(みかん缶)	牛乳・鶏肉・豚肉・味噌 カラスカレイ・牛乳・豚肉・味噌・油揚げ	485 kcal 22.7 g 17.5 g 66.2 g 0.9 g	595 kcal 22.7 g 20.8 g 82.8 g 1.1 g	牛乳・小麦	牛乳・小麦
7 火	スパゲティナポリタン さつまいもサラダ 豆乳スープ	さつま芋・スパゲッティ・バター・砂糖・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳 コーン・チヂンゲン菜・ビーマン・玉ねぎ・人参	牛乳 牛乳 牛乳	518 kcal 17.6 g 16.4 g 77.1 g 1.3 g	641 kcal 21.2 g 19.4 g 77.1 g 1.3 g	牛乳・小麦	さつま芋・スパゲッティ・ナポリタン さつまいもサラダ	牛乳・鶏肉・豆乳	518 kcal 17.7 g 16.4 g 77.1 g 1.3 g	641 kcal 21.2 g 19.4 g 97.3 g 1.6 g	牛乳・小麦	牛乳・小麦
8 水	ご飯 豆腐と豚肉のうま煮 大根とほうれん草のサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂糖・片栗粉	牛乳・豆腐・豚肉・味噌 グリンピース・ごぼう・ほうれん草・玉ねぎ・人参・大根	牛乳 牛乳 牛乳	488 kcal 21.5 g 15.0 g 70.8 g 1.0 g	606 kcal 26.5 g 17.7 g 90.0 g 1.2 g	牛乳・小麦	ご飯・豆腐と豚肉のうま煮 大根とほうれん草のサラダ みそ汁	牛乳・豆腐・豚肉・味噌 グリンピース・ごぼう・ほれん草・玉ねぎ・人参・大根	493 kcal 21.5 g 15.0 g 72.0 g 1.0 g	606 kcal 26.5 g 17.7 g 90.0 g 1.2 g	牛乳・小麦	牛乳・小麦
9 木	●鮭とコーンのご飯 鶏肉とかぼちゃの煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・花ふ・砂糖・油	牛乳・鶏肉・鮭・味噌 インゲン・オレンジ・かぼちゃ・キャベツ・じやうり・コーン・人参	牛乳 牛乳 牛乳	490 kcal 23.9 g 15.3 g 68.3 g 1.1 g	609 kcal 29.8 g 18.1 g 86.7 g 1.4 g	牛乳・小麦	ご飯・豆腐と豚肉のうま煮 大根とかぼちゃの煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	牛乳・鮭	501 kcal 23.7 g 15.4 g 71.3 g 0.9 g	621 kcal 29.4 g 18.1 g 89.9 g 1.1 g	牛乳・小麦	牛乳・小麦
10 金	ポークカレーライス トマトと白菜のツナサラダ スープ フルーツ(バナナ)	ご飯・じやが芋・砂糖・油	ツナフレーク缶・牛乳・豚肉 トマト・バナナ・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参・白菜	牛乳 牛乳 牛乳	507 kcal 19.6 g 15.6 g 76.5 g 2.1 g	632 kcal 24.0 g 18.5 g 97.7 g 2.1 g	牛乳・小麦	ご飯・ジャーレイース・ケチャップ・牛乳・豆乳・豚肉	トマト・バナナ・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参・白菜	512 kcal 19.7 g 15.6 g 77.8 g 2.1 g	632 kcal 24.0 g 18.5 g 97.7 g 2.1 g	牛乳・小麦	牛乳・小麦
11 土	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の南蛮漬け 大根のしらす和え みそ汁	ごませんべい・ご飯・さつま芋・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	牛乳・鶏肉・鮭・味噌 ハリカッシュ・ビーマン・寒天・玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ・白桃缶	牛乳 牛乳 牛乳	516 kcal 17.3 g 17.1 g 77.4 g 1.2 g	637 kcal 20.8 g 18.5 g 97.7 g 2.1 g	牛乳・小麦	ご飯・ハリカッシュ・ビーマン・寒天・玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ・白桃缶	牛乳・鶏肉・鮭・味噌 ハリカッシュ・ビーマン・寒天・玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ・白桃缶	515 kcal 17.3 g 17.0 g 77.5 g 1.2 g	637 kcal 20.8 g 20.3 g 97.9 g 1.5 g	牛乳・小麦	牛乳・小麦
12 日	ご飯 助母カラのバター醤油焼き 鶏レバーのみぞ煮 すまし汁 ヨーグルト	いわしそんべい・ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・油	おから・スケウタラ・ヨーグルト・牛乳・鶏レバー・豆乳・豆腐・味噌 人参おからドーナツ	牛乳 牛乳 牛乳	517 kcal 23.7 g 16.6 g 72.2 g 1.2 g	640 kcal 29.3 g 19.7 g 90.7 g 1.2 g	牛乳・小麦	ご飯・豆乳と豚肉のうま煮 大根の南蛮漬け 大根のしらす和え みそ汁 ヨーグルト	牛乳・鶏肉・鮭・味噌 ハリカッシュ・ビーマン・寒天・玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ・白桃缶	513 kcal 23.6 g 16.5 g 71.3 g 1.2 g	640 kcal 29.3 g 19.7 g 90.7 g 1.5 g	牛乳・小麦	牛乳・小麦
13 月	納豆ごはん 豚肉の玉ねぎソース きゅうりと人参の胡麻サラダ みそ汁	ごま・ごま油・ご飯・砂糖・油	牛乳・鶏肉・納豆・味噌・ヨーグルト	牛乳 牛乳 牛乳	497 kcal 21.7 g 19.4 g 64.3 g 1.6 g	612 kcal 26.7 g 23.6 g 79.7 g 2.0 g	牛乳・小麦	納豆ごはん 豆乳の玉ねぎソース きゅうりと人参の胡麻サラダ みそ汁	牛乳・鶏肉・鮭・味噌・ヨーグルト	492 kcal 21.6 g 19.4 g 63.1 g 1.6 g	612 kcal 26.7 g 23.6 g 79.7 g 2.0 g	牛乳・小麦	牛乳・小麦
14 火	ご飯 鮭のあまから煮 鶏肉と野菜の塩炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ごま油・ご飯・さつま芋・砂糖・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・鮭・味噌・白菜 オレンジ・玉ねぎ・人参・白菜	牛乳 牛乳 牛乳	493 kcal 23.0 g 14.4 g 69.3 g 1.1 g	610 kcal 28.5 g 16.7 g 87.2 g 1.4 g	牛乳・小麦	ご飯・豆乳と野菜の豆乳クリーム煮 トマトとキャベツのサラダスープ	牛乳・鶏肉・鮭・味噌・白菜 オレンジ・玉ねぎ・人参・白菜	491 kcal 22.9 g 14.3 g 68.7 g 1.1 g	610 kcal 28.5 g 16.7 g 87.2 g 1.4 g	牛乳・小麦	牛乳・小麦
15 水	ご飯 豚肉と野菜の豆乳クリーム煮 トマトとキャベツのサラダスープ	ご飯・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豆乳・豚肉 キャベツ・トマト・ほうれん草・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	牛乳 牛乳 牛乳	482 kcal 19.1 g 14.9 g 72.0 g 1.2 g	591 kcal 23.2 g 17.6 g 89.9 g 1.5 g	牛乳・小麦	ご飯・じやが芋のごまがらめ フルーツ(オレンジ)	牛乳・鶏肉 オレンジ・じやうり・ワカメ・人参	466 kcal 19.7 g 13.4 g 70.6 g 1.2 g	571 kcal 23.9 g 15.4 g 88.6 g 1.5 g	牛乳・卵・小麦	牛乳・卵・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いとする目的です。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。

*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。

*1~2歳児の栄養価は、午前おやつ・昼食・午後おや