



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			
		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)	午後おやつ	アレルギー	午前おやつ(1～2歳児のみ)	午後おやつ	アレルギー	
1	火	ご飯 鶏肉と白菜のさっぱり炒め トマトとほうれん草のおかか和え みそ汁(豆腐・玉ねぎ)	ごま油・ご飯・砂糖・米粉・片栗粉・油 花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌	トマト・ほうれん草・玉ねぎ・人参・白菜・万能ねぎ トマト・ほうれん草・玉ねぎ・人参・白菜・万能ねぎ	ベーキングパウダー・出し汁・醤油・酢・水 牛乳	490 kcal 18.8 g 15.0 g 73.3 g 1.2 g	乳・小麦	午前おやつ(1～2歳児のみ)	牛乳	480 kcal 21.7 g 14.0 g 73.3 g 1.1 g	乳・小麦
2	水	ご飯 ●鮭のちゃんちゃん焼き風(北海道) ●いもち風(北海道) すまし汁(大根・油揚げ) フルーツ(りんご)	ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・片栗粉・油 牛乳・鮭・豚肉・味噌・油揚げ	キャベツ・きゅうり・しめじ・ピーマン・りんご・人参・大根 キャベツ・きゅうり・しめじ・ピーマン・りんご・人参・大根	ふりかけ・みりん・酒・出し汁・醤油・水・精製塩 牛乳	497 kcal 21.9 g 14.3 g 76.7 g 1.2 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	546 kcal 21.0 g 21.5 g 71.3 g 2.0 g	乳・小麦
3	木	ご飯 れんこん鶏つくね マカロニソナサラダ みそ汁(かぼちゃ・ワカメ)	ご飯・バター・パン粉・マカロニミックス・砂糖・小麦粉・油 ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・冷蔵ペーパーチーズ Ca+Fe	かぼちゃ・トマト・ほうれん草・れんこん・ワカメ・玉ねぎ・生姜 かぼちゃ・トマト・ほうれん草・れんこん・ワカメ・玉ねぎ・生姜	ベーキングパウダー・みりん・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩 牛乳	543 kcal 20.9 g 21.5 g 70.4 g 1.9 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	500 kcal 24.8 g 18.9 g 62.4 g 1.5 g	乳・小麦
4	金	納豆ごはん 豚肉のオニオンソース みそ汁(焼ふ・ごぼう)	ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・焼ふ・油 しらす干し・牛乳・豚肉・納豆・豆腐・味噌	コーン・ごぼう・パプリカ黄・玉ねぎ・小松菜・人参 コーン・ごぼう・パプリカ黄・玉ねぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油・酢・水 牛乳	495 kcal 24.7 g 18.9 g 61.2 g 1.5 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	524 kcal 22.3 g 16.6 g 75.3 g 1.3 g	乳・小麦
5	土	鉄分強化！ふりかけご飯 白ネギの竜田揚げ 鶏肉と白菜のみそ煮 すまし汁(ソメソメ・豆腐) ヨーグルト	ご飯・ソーメン・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・豆腐・味噌	ハセリ・ほうれん草・レーズン・玉ねぎ・人参・白菜 ハセリ・ほうれん草・レーズン・玉ねぎ・人参・白菜	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩 牛乳	526 kcal 22.4 g 16.8 g 75.6 g 1.3 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	471 kcal 21.8 g 18.5 g 59.0 g 1.3 g	乳・小麦
7	月	ほうとう風うどん 小松菜の醤油炒め フルーツ(りんご)	うどん・小麦粉・油 牛乳・鶏肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・かぼちゃ・キャベツ・りんご・小松菜・人参・大根 ウスターソース・ケチャップ・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳	470 kcal 21.8 g 18.4 g 59.0 g 1.4 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	441 kcal 17.1 g 14.3 g 65.5 g 1.2 g	乳・小麦
8	火	豚井 チンゲン菜のひじき煮 みそ汁(花ふ・万能ねぎ)	ご飯・りんごジャム・花ふ・砂糖・小麦粉・油 牛乳・豆乳・豚肉・味噌	インゲン・コーン・チンゲン菜・ひじき・玉ねぎ・人参・万能ねぎ インゲン・コーン・チンゲン菜・ひじき・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	ベーキングパウダー・みりん・酒・出し汁・醤油・水 牛乳	446 kcal 17.1 g 14.3 g 66.7 g 1.2 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	595 kcal 27.6 g 19.4 g 83.9 g 1.0 g	乳・小麦
9	水	ご飯 鮭フライ コールスローサラダ 鶏汁(鶏肉・豆腐・なめこ) ヨーグルト	ごま・ごま油・ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油 ヨーグルト・牛乳・鶏肉・鮭・豆乳・豆腐・味噌・茹大豆缶	かぼちゃ・キャベツ・なめこ・人参 かぼちゃ・キャベツ・なめこ・人参	ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩 牛乳	597 kcal 27.6 g 19.4 g 84.4 g 1.0 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	440 kcal 14.6 g 14.6 g 66.7 g 1.9 g	乳・卵・小麦
10	木	ハヤシライス 白菜とさくらりの和え物 スープ(ほうれん草・ワカメ) フルーツ(バナナ)	ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・片栗粉・油 しらす干し・牛乳・鶏肉	きゅうり・パセリ・バナナ・ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人参・白菜 SBハヤシの王子さま顆粒・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳	445 kcal 16.7 g 14.6 g 68.0 g 1.9 g	乳・卵・小麦	午後おやつ	牛乳	526 kcal 18.2 g 18.0 g 77.1 g 1.1 g	乳・小麦
11	金	ご飯 鶏肉とさつま芋ののり塩炒め風 スパゲッティサラダ みそ汁(なす・しめじ)	ご飯・さつま芋・スパゲッティ・バター・砂糖・小麦粉・米粉・油 牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	あおさ粉・しめじ・なす・玉ねぎ・小松菜・人参 ベーキングパウダー・出し汁・酢・精製塩	牛乳	526 kcal 18.2 g 17.9 g 77.2 g 1.1 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	425 kcal 21.6 g 13.3 g 58.6 g 1.0 g	乳・小麦
12	土	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの生姜煮 豚肉の大根炒め みそ汁(花ふ・ごぼう) フルーツ(オレンジ)	ごま・ごま油・ご飯・花ふ・砂糖・片栗粉 きな粉・スケウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	オレンジ・ごぼう・玉ねぎ・人参・生姜・大根・万能ねぎ ふりかけ・みりん・酒・出し汁・醤油・水	牛乳	421 kcal 21.5 g 13.2 g 57.7 g 1.0 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	470 kcal 16.8 g 15.7 g 71.7 g 0.8 g	乳・小麦
15	火	ご飯 鶏肉と白菜のさっぱり炒め かぶとほうれん草のおかか和え みそ汁(豆腐・玉ねぎ)	ごま油・ご飯・砂糖・米粉・片栗粉・油 花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌	かぶ・ほうれん草・玉ねぎ・人参・青ねぎ・白菜 ベーキングパウダー・出し汁・醤油・酢・水	牛乳	493 kcal 19.1 g 15.2 g 73.3 g 1.2 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	488 kcal 18.7 g 14.9 g 72.9 g 1.2 g	乳・小麦

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			
		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)	午後おやつ	アレルギー	午前おやつ(1～2歳児のみ)	午後おやつ	アレルギー	
16	水	ご飯 鮭のみそ焼き じゃが芋のきのこ煮 すまし汁(大根・油揚げ) フルーツ(りんご)	ご飯・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油 牛乳・鮭・豚肉・味噌・油揚げ	キャベツ・きゅうり・しめじ・りんご・人参・大根 ふりかけ・みりん・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳	480 kcal 21.7 g 14.0 g 73.3 g 1.1 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	546 kcal 21.0 g 21.5 g 71.3 g 2.0 g	乳・小麦
17	木	ご飯 れんこん鶏つくね マカロニソナサラダ 肉ふりかけごはん 塩もみきゅうり	ご飯・バター・パン粉・マカロニミックス・砂糖・小麦粉・油 ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・冷蔵ペーパーチーズ Ca+Fe	かぼちゃ・トマト・ほうれん草・れんこん・ワカメ・玉ねぎ・生姜 かぼちゃ・トマト・ほうれん草・れんこん・ワカメ・玉ねぎ・生姜	ベーキングパウダー・みりん・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩 牛乳	497 kcal 21.9 g 14.3 g 76.7 g 1.2 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	500 kcal 24.8 g 18.9 g 62.4 g 1.5 g	乳・小麦
18	金	納豆ごはん 豚肉のオニオンソース みそ汁(焼ふ・ごぼう)	ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・焼ふ・油 しらす干し・牛乳・豚肉・納豆・豆腐・味噌	コーン・ごぼう・パプリカ黄・玉ねぎ・小松菜・人参 コーン・ごぼう・パプリカ黄・玉ねぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油・酢・水 牛乳	495 kcal 24.7 g 18.9 g 61.2 g 1.5 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	524 kcal 22.3 g 16.6 g 75.3 g 1.3 g	乳・小麦
19	土	鉄分強化！ふりかけご飯 白ネギの竜田揚げ 鶏肉と白菜のみそ煮 すまし汁(ソメソメ・豆腐) ヨーグルト	ご飯・ソーメン・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・豆腐・味噌	ハセリ・ほうれん草・レーズン・玉ねぎ・人参・白菜 ハセリ・ほうれん草・レーズン・玉ねぎ・人参・白菜	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩 牛乳	526 kcal 22.4 g 16.8 g 75.6 g 1.3 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	471 kcal 21.8 g 18.5 g 59.0 g 1.3 g	乳・小麦
21	月	ほうとう風うどん 小松菜の醤油炒め フルーツ(りんご)	うどん・小麦粉・油 牛乳・鶏肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・かぼちゃ・キャベツ・りんご・小松菜・人参・大根 ウスターソース・ケチャップ・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳	470 kcal 21.8 g 18.4 g 59.0 g 1.4 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	441 kcal 17.1 g 14.3 g 65.5 g 1.2 g	乳・小麦
22	火	豚井 チンゲン菜のひじき煮 みそ汁(花ふ・万能ねぎ)	ご飯・りんごジャム・花ふ・砂糖・小麦粉・油 牛乳・豆乳・豚肉・味噌	インゲン・コーン・チンゲン菜・ひじき・玉ねぎ・人参・万能ねぎ インゲン・コーン・チンゲン菜・ひじき・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	ベーキングパウダー・みりん・酒・出し汁・醤油・水 牛乳	446 kcal 17.1 g 14.3 g 66.7 g 1.2 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	595 kcal 27.6 g 19.4 g 83.9 g 1.0 g	乳・小麦
23	水	ご飯 鮭フライ コールスローサラダ 鶏汁(鶏肉・豆腐・なめこ) ヨーグルト	ごま・ごま油・ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油 ヨーグルト・牛乳・鶏肉・鮭・豆乳・豆腐・味噌・茹大豆缶	かぼちゃ・キャベツ・なめこ・人参 かぼちゃ・キャベツ・なめこ・人参	ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩 牛乳	597 kcal 27.6 g 19.4 g 84.4 g 1.0 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	440 kcal 14.6 g 14.6 g 66.7 g 1.9 g	乳・卵・小麦
24	木	ハヤシライス 白菜とさくらりの和え物 スープ(ほうれん草・ワカメ) フルーツ(バナナ)	ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・片栗粉・油 しらす干し・牛乳・鶏肉	きゅうり・パセリ・バナナ・ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人参・白菜 SBハヤシの王子さま顆粒・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳	445 kcal 16.7 g 14.6 g 68.0 g 1.9 g	乳・卵・小麦	午後おやつ	牛乳	526 kcal 18.2 g 18.0 g 77.1 g 1.1 g	乳・小麦
25	金	ご飯 鶏肉とさつま芋ののり塩炒め風 スパゲッティサラダ みそ汁(なす・しめじ)	ご飯・さつま芋・スパゲッティ・バター・砂糖・小麦粉・米粉・油 牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	あおさ粉・しめじ・なす・玉ねぎ・小松菜・人参 ベーキングパウダー・出し汁・酢・精製塩	牛乳	526 kcal 18.2 g 17.9 g 77.2 g 1.1 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	425 kcal 21.6 g 13.3 g 58.6 g 1.0 g	乳・小麦
26	土	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの生姜煮 豚肉の大根炒め みそ汁(花ふ・ごぼう) フルーツ(オレンジ)	ごま・ごま油・ご飯・花ふ・砂糖・片栗粉 きな粉・スケウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	オレンジ・ごぼう・玉ねぎ・人参・生姜・大根・万能ねぎ ふりかけ・みりん・酒・出し汁・醤油・水	牛乳	421 kcal 21.5 g 13.2 g 57.7 g 1.0 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	470 kcal 16.8 g 15.7 g 71.7 g 0.8 g	乳・小麦
28	月	ご飯 カラスカレイのねぎ塩だれ じゃが芋と豚肉の甘辛がらみ みそ汁(チンゲン菜・なす) フルーツ(りんご)	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油 カラスカレイ・牛乳・鶏肉・豚肉・味噌・茹大豆缶	チンゲン菜・なす・りんご・黄桃缶・寒天・玉ねぎ・人参・長ねぎ ふりかけ・みりん・酒・出し汁・醤油・水	牛乳	470 kcal 16.8 g 15.7 g 71.7 g 0.8 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	470 kcal 16.8 g 15.7 g 71.7 g 0.8 g	乳・小麦
29	火	ご飯 鶏肉と白菜のさっぱり炒め トマトとほうれん草のおかか和え みそ汁(豆腐・玉ねぎ)	ごま油・ご飯・砂糖・米粉・片栗粉・油 花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌	かぶ・ほうれん草・玉ねぎ・人参・青ねぎ・白菜 ベーキングパウダー・出し汁・醤油・酢・水	牛乳	493 kcal 19.1 g 15.2 g 73.3 g 1.2 g	乳・小麦	午後おやつ	牛乳	488 kcal 18.7 g 14.9 g 72.9 g 1.2 g	乳・小麦

年齢	給食栄養目標量		当月平均給食栄養量			
	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	食塩相当量g	
1～2歳	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	493	20.5	16.3	71.0	1.3



※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、13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。