

リトルキッズ	昼食		3色食品群				
			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	
2	月	肉うどん 南瓜の信田煮 フルーツ(洋梨缶)	うどん・砂糖・油・薩摩芋・胡麻・片栗粉	豚肉・油揚げ・牛乳	南瓜・枝豆・小松菜・長葱・洋梨缶・寒天・オレンジジュース	牛乳	オレンジゼリー 大学芋
3・17	火	ハヤシライス ポテトサラダ フルーツ(オレンジ)	米・砂糖・油・小麦粉・じゃが芋	豆乳・豚肉・牛乳・鶏挽肉・粉豆腐	いんげん・オレンジ・グリーンピース・コーン・玉葱・人参・キャベツ・あおさ粉	牛乳	粉豆腐のお好み焼き
4・18	水	ご飯 白糸鱈の甘酢漬け ポパイソテー 味噌汁 フルーツ(バナナ)	米・砂糖・油・小麦粉・バター	白糸鱈・鶏肉・牛乳・豆乳	なめこ・バナナ・パプリカ 法蓮草・玉葱・人参 大根・林檎 レーズン	牛乳	リンゴケーキ
5・19	木	ふりかけご飯 鶏挽肉と野菜の中華炒め 五目炒り煮 すまし汁	ごま油・米・砂糖・油・ソーマン・片栗粉・小麦粉・小豆缶	ちりめん干し・鶏肉・大豆・牛乳・豆乳	絹さや・牛蒡・しめじ・ピーマン・ワカメ・玉葱・人参	牛乳	豆乳小豆ういろ
6・20	金	ご飯 チキン南蛮風から揚げ 大根とコーンの和風和え 味噌汁	米・砂糖・油・花麴・小麦粉・片栗粉・うどん	鶏肉・牛乳・鶏挽肉・花かつお	生姜・玉葱・胡瓜・トマト・キャベツ・大根・人参・コーン・えのき	牛乳	ミニ焼きうどん
9・30	月	ナポリタン 大根のツナ和え スープ	スパゲッティ・バター・砂糖・油	ツナ缶・鶏肉・牛乳	絹さや・ピーマン・玉葱・人参・大根・白菜・みかん缶・南瓜・レーズン	牛乳	南瓜の茶巾 フルーツ(みかん缶)
10・24	火	豚肉の甘辛丼 トマトと胡瓜の胡麻サラダ すまし汁	胡麻・米・砂糖・油・焼麴	豚肉・牛乳・チーズ	胡瓜・グリーンピース・トマト・玉葱・人参・小松菜・コーン	牛乳	チーズ入りふりかけおにぎり スティック野菜
11・25	水	ご飯 秋鮭の磯パン粉焼き 切り干し大根の煮物 すまし汁 フルーツ(オレンジ)	米・砂糖・油・パン粉・小麦粉・米粉	秋鮭・油揚げ・牛乳・おから・豆乳	あおさ粉・オレンジ・キャベツ・パプリカ・法蓮草・枝豆・人参・切り干し大根・長葱・バナナ	牛乳	バナナおからドーナツ
12・26	木	ご飯 チキンソテー 白菜とワカメのシラスサラダ 味噌汁	米・砂糖・油・焼麴・バター・片栗粉	しらす干し・鶏肉・牛乳・きな粉・ベビーチーズca+Fe	青梗菜・なめこ・ワカメ・玉葱・人参・白菜・生姜	牛乳	お麴ラスク 鉄分強化チーズ
13・27	金	カレーライス キャベツの豆サラダ フルーツ(リンゴ)	米・砂糖・油・じゃが芋・胡麻・ごま油	大豆・豚肉・牛乳・ちりめん干し・花かつお	キャベツ・胡瓜・林檎・玉葱・人参・あおさ粉	牛乳	おやき
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
			461	17.0	14.0	64.8	1.4

※三食食品群に分類されない調味料として、ケチャップ、酢、醤油、ベーキングパウダー、カレーの王子様、ハヤシの王子様、マヨドレ、鉄ふりかけ穀物、鉄ふりかけ大豆、味噌、塩、かつおこぶだし、ソース、酒、みりん、を使用いたします。

※朝、昼食時、その他適時に麦茶を提供いたします。

※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(牛乳)・昼食・午後おやつ(牛乳)の栄養評価になります。

