

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	
1・18	金・月	豚肉のケチャップパスタ 白菜と胡瓜のツナサラダ スープ	ごま油・スパゲッティ・砂糖・小麦粉・油	牛乳・小豆缶・ツナ缶・豚肉・豆乳	胡瓜・コーン・パセリ・玉葱・人参・白菜	牛乳	どら焼き
5・19	火	ご飯 カラスカレイの味噌煮 炒りおから すまし汁 フルーツ(パイン缶)	米・砂糖・油・バター 小麦粉	牛乳・おから・カラスカレイ・鶏肉・豆乳	かぶ・きぬさや・パイン缶・法蓮草・人参・長葱・桃缶	牛乳	白桃ケーキ
6・20	水	キーマカレー パンプキンサラダ フルーツ(バナナ)	米・砂糖・油	牛乳・豆乳・豚肉 チーズ	南瓜・コーン・パセリ バナナ・ピーマン・玉葱・人参・枝豆	牛乳	チーズ入りふりかけおにぎり スティック野菜
7・21	木	ひじきご飯 秋鮭の磯風味焼き いものこ汁 フルーツ(柿)	米・砂糖・油・片栗粉・里芋・米粉	牛乳・豆乳・鶏肉・秋鮭・油揚げ	あおさ粉・キャベツ・ひじき・ブロッコリー・柿・長葱・舞茸・法蓮草	牛乳	米粉のポパイケーキ
8・22	金	ご飯 豆腐の法蓮草あん 切干大根サラダ 味噌汁	米・砂糖・油・米粉・花麴・片栗粉	牛乳・豆乳・鶏肉・おから・豆腐	法蓮草・人参・バナナ・玉葱・枝豆・切り干し大根	牛乳	バナナおからドーナツ
11・25	月	ハヤシライス スパゲッティサラダ フルーツ(オレンジ)	米・砂糖・油・スパゲッティ・片栗粉	牛乳・豆乳・豚肉	オレンジ・胡瓜・グリーンピース・パプリカ・玉葱・人参・南瓜・パイン缶・寒天	牛乳	和風南瓜プリン フルーツ(パイン缶)
12・26	火	ふりかけご飯 カラスカレイの竜田揚げ 鶏肉と大根の煮物 すまし汁 フルーツ(柿)	胡麻・ごま油・米・砂糖・油・片栗粉・米粉・バター	牛乳・カラスカレイ・鶏肉・きな粉・豆乳・小豆缶	青梗菜・ワカメ・柿・枝豆・人参・水菜・生姜・大根	牛乳	米粉の小豆ケーキ
13・27	水	けんちんうどん 南瓜のそぼろ煮 フルーツ(バナナ)	うどん・砂糖・油・片栗粉・じゃが芋・小麦粉	牛乳・豆乳・厚揚げ・豚肉・チーズ	かぶ・南瓜・グリーンピース・牛蒡・バナナ・人参・長葱	牛乳	ポンデケージョ
14・28	木	ご飯 チキンソテー 小松菜と蓮根の煮物 味噌汁	米・砂糖・油・焼麴・片栗粉・バター	牛乳・鶏肉・きな粉・ベビーチーズca+Fe	ピーマン・蓮根・玉葱・人参・大根	牛乳	オフラスク 鉄分強化チーズ
15・29	金	ちらし寿司 ハンバーグ すまし汁	米・砂糖・油・ソーメン・パン粉・バター	牛乳・豆乳・ツナ缶・鶏肉・豆腐	キャベツ・胡瓜・コーン・ワカメ・玉葱・枝豆・人参・南瓜・レーズン洋梨缶	牛乳	スイートパンプキン フルーツ(洋梨缶)
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
			451		16・5	13・3	64・1 1・3

※三色食品群に分類されない調味料として、ソース、マヨドレ、ケチャップ、酢、醤油、鉄分強化ふりかけ大豆、鉄分強化ふりかけ穀物、ベーキングパウダー、カレーの王子様、ハヤシの王子様、味噌、塩、かつおこぶだしを使用いたします。

※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。