

リトルキッズ	昼食	5月	3色食品群			午後おやつ	
			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		
11・25	月	ご飯 焼き鳥風 切り干し大根の煮物 味噌汁	米・砂糖・油・花麩	牛乳・鶏肉・油揚げ・大豆・ちりめん干し	牛蒡・玉葱・人参・小松菜・切り干し大根・大根葉・スナップエンドウ	牛乳	じゃこと豆のおにぎり スティック野菜
12・26	火	ご飯 豚肉の生姜焼き 白菜のツナサラダ 味噌汁	米・砂糖・油	牛乳・ツナ缶・豚肉	インゲン・白菜・ナス・玉葱・人参・生姜・白菜・万能ねぎ・南瓜・レーズン・白桃缶	牛乳	南瓜茶巾 フルーツ(白桃缶)
13・27	水	ご飯 助宗鱈の和風焼き じゃが芋の含め煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)	米・砂糖・油・じゃが芋 片栗粉・バター 小麦粉	牛乳 助宗鱈 油揚げ・豆乳	オレンジ きぬさや・ほうれん草 もやし・人参	牛乳	じゃが芋のソフトクッキー
14・28	木	ご飯 ポークビーンズ 小松菜の胡麻和え 味噌汁	米・砂糖・油・胡麻・さつまいも	牛乳・大豆・豚肉・油揚げ	グリーンピース・トマト・なめこ・玉葱・小松菜・人参・寒天・パイン缶	牛乳	さつま芋ようかん フルーツ(パイン缶)
15・29	金	ご飯 春野菜のクリームシチュー 鶏ささみとブロッコリーのサラダ フルーツ(バナナ)	米・砂糖・油・じゃが芋 芋・米粉	牛乳・ツナ缶・鶏肉・花かつお	キャベツ・小松菜・アスパラ・バナナ・ブロッコリー・人参	牛乳	おやき風
18	月	ドライカレー 大根のナムル風サラダ フルーツ(オレンジ)	米・砂糖・油・ごま油・マカロニ	牛乳・豚肉・きな粉・ベーチーズfe+ca	オレンジ・胡瓜・パプリカ・玉葱・人参・大根	牛乳	マカロニきな粉 鉄分強化チーズ
19	火	ご飯 鮭のごま煮 鶏肉とスナップエンドウの炒め物 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	米・砂糖・油・花麩・ごま・イチゴジャム・小麦粉	牛乳・鶏肉・鮭・油揚げ・豆乳	スナップエンドウ・パイン缶・玉葱・人参・小松菜	牛乳	豆乳ホットケーキ
20	水	ふりかけご飯 チキンソテー 春雨サラダ すまし汁	米・砂糖・油・ごま油・春雨・片栗粉・小麦粉	牛乳・鶏肉・おから・豆乳	インゲン・南瓜・レーズン・胡瓜・人参・長葱	牛乳	レーズンおから蒸しパン
7・21	木	ひじきご飯 カラスカレイの磯風味焼き ポパイソテー すまし汁 フルーツ(黄桃缶)	米・砂糖・油・焼き麩・片栗粉・小麦粉	牛乳・カラスカレイ・豚肉・油揚げ・豆乳・小豆缶	あおさ粉・コーン・トマト・ひじき・ほうれん草・黄桃缶・枝豆・白菜	牛乳	どら焼き
8・22	金	ふりかけご飯 豆腐ハンバーグ さつまいものサラダ すまし汁	米・砂糖・油・パン粉・米粉・さつまいも	牛乳・鶏肉・豆腐・豆乳	インゲン・人参・牛蒡・ブロッコリー・ワカメ・玉葱	牛乳	米粉の人参ケーキ
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
			449	16.7	13.2	66.6	1.0

※三色食品群に分類されない調味料として、ケチャップ、コンソメ、マヨドレ、酢、醤油、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、シチューの王子様、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。

