

リトルキッズ	昼食	4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	
5・19	月	ご飯 鶏肉のバター正油炒め 小松菜としらすの炒め煮 みそ汁	米・砂糖・油・バター・ うどん・ゴマ油	牛乳・豚肉・しらす干し・ 鶏肉・みそ	パプリカ・ワカメ・玉葱・ 小松菜・人参・水菜	牛乳 ミニ肉うどん
6・20	火	ご飯 カラスカレイの磯辺焼き 豚肉と切り干し大根の煮物 みそ汁 フルーツ(リンゴ)	米・砂糖・油・片栗粉・ 小麦粉・バター	牛乳・カラスカレイ・豚肉・ みそ・チーズ・豆乳	あおさ粉・インゲン・チンゲン菜・ リンゴ・玉葱・人参・白菜・ 切り干し大根	牛乳 チーズスコーン
7・21	水	ご飯 つくね焼き 野菜のちりめん炒め すまし汁	米・砂糖・油・ゴマ油 米粉・パン粉 花麩	牛乳・豆乳 ちりめん干し 鶏肉・みそ 大豆・粉豆腐	トマト・ワカメ・小松菜 人参・生姜 長葱	牛乳 米粉の人参ケーキ
8・22	木	ご飯 鮭のパン粉焼き 南瓜のそぼろ煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	米・砂糖・油・パン粉・ バター・小麦粉・片栗粉	牛乳・鶏肉・鮭・みそ・ 豆腐	オレンジ・南瓜・チンゲン菜・ 玉葱・リンゴ・レモン	牛乳 リンゴのバター煮
9・23	金	アスパラのピラフ 照り焼きハンバーグ みそ汁 フルーツ(バナナ)	米・砂糖・油・バター・ パン粉・焼き麩・さつまい芋	牛乳・豆乳・豚肉・みそ	アスパラ・寒天・バナナ・ パイン缶・ブロッコリー・ もやし・玉葱・人参	牛乳 さつまい芋ようかん フルーツ(パイン缶)
12・26	月	ご飯 さつまい芋のツナコロッケ 胡瓜と人参のサラダ みそ汁	米・砂糖・油・さつまい芋・ パン粉・小麦粉・ゴマ・片栗粉	牛乳・ツナ缶・みそ・ 豆乳・きな粉	胡瓜・トマト・ほうれん草・ 玉葱・人参・長葱	牛乳 ヘルシーくずもち
13・27	火	ポークカレーライス 大根とコーンのサラダ フルーツ(黄桃缶)	米・砂糖・油・じゃが芋・ イチゴジャム・小麦粉	牛乳・豆乳・豚肉・おから	コーン・黄桃缶・玉葱・ 人参・ピーマン・大根	牛乳 おからホットケーキ
14・28	水	ミートスパゲッティ 白菜と人参のツナサラダ スープ	スパゲッティ・砂糖・ 油・小麦粉	牛乳・豆乳・ツナ缶・ 鶏肉・小豆缶	キノコ・パセリ・玉葱・ 人参・長葱・白菜	牛乳 どら焼き
1・15	木	ご飯 鮭の甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	米・砂糖・油・さつまい芋・ 片栗粉・米粉	牛乳・鮭・豚肉・みそ	あおさ粉・インゲン・オレンジ・ 牛蒡・ひじき・玉葱・人参・ パイン缶	牛乳 パインの米粉蒸しパン
2・16・30	金	ハヤシライス ほうれん草ともやしのナムル風 フルーツ(バナナ)	米・砂糖・油・ゴマ油・ マカロニ	牛乳・豚肉・きな粉・ チーズ	コーン・パセリ・バナナ・ ほうれん草・もやし・玉葱・ 人参	牛乳 マカロニきな粉 チーズ
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
			455	16.7	13.5	65.0 1.2

※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、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、ソース、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。

