

リトルキッズ	昼食		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	
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 白糸鰯の甘酢漬け ポパソイラー 味噌汁 フルーツ(バナナ)	米・砂糖・油・小麦粉・バター	白糸鰯・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・ソーメン・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 豆乳小豆いろいろ	
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・花麩・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・焼麩	豚肉・牛乳・チーズ	胡瓜・グリンピース・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 ステイク野菜	
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・焼麩・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 お麩ラスク 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。

