

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・さな粉・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、マヨネ、鉄ふりかけ穀物、鉄ふりかけ大豆、味噌、塩、かつおおぼだし、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。

