

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・15・29	木	ご飯 煮込みハンバーグ コールスローサラダ すまし汁	米・砂糖・油・ソーメン・パン粉・胡麻・バター	鶏肉・豆乳・牛乳	トマト缶・キャベツ・胡瓜・コーン・パセリ・ワカメ・玉葱・人参・南瓜・洋梨缶	牛乳 スイートパンプキン フルーツ(洋梨缶)		
2・16	金	ふりかけご飯 チキンソテー 小松菜と蓮根のちりめん煮 味噌汁	米・砂糖・油・麴・片栗粉・薩摩芋・バター	ちりめん干し・鶏肉・牛乳	しめじ・ピーマン・人参・蓮根・玉葱・小松菜・生姜・りんご・レーズン	牛乳 リンゴと薩摩芋のコンポート		
5・19	月	法蓮草としめじのクリームパスタ かぶと人参のサラダ スープ	パスタ・砂糖・油・バター・小麦粉	鶏肉・豆乳・牛乳・ツナ缶・チーズ	玉葱・しめじ・法蓮草・かぶ・人参・パセリ・白菜・ワカメ・いんげん	牛乳 チーズ入りふりかけおにぎり スティック野菜		
6・20	火	ひじきご飯 鮭の磯風味焼き 芋のこ汁 フルーツ(柿)	米・砂糖・油・片栗粉・里芋・小麦粉・バター	鶏肉・鮭・油揚げ・牛乳・豆乳	あおさ粉・キャベツ・ひじき・ブロッコリー・柿・人参・長葱・舞茸・桃缶	牛乳 白桃ケーキ		
7・21	水	コーンピラフ チキンと野菜のトマト煮込み マカロニサラダ スープ	米・砂糖・油・薩摩芋・マカロニ・バター・小麦粉	鶏肉・豆乳・牛乳・小豆缶	コーン・玉葱・しめじ・トマト缶・パセリ・胡瓜・人参・キャベツ・いんげん	牛乳 小豆ういろう		
8・22	木	ご飯 助宗鰯の味噌煮 炒りおから すまし汁 フルーツ(リンゴ)	米・砂糖・油・うどん・生麴	おから・助宗鰯・鶏肉・牛乳・豚肉	かぶ・グリーンピース・しめじ・法蓮草・林檎・人参・小松菜	牛乳 ミニ肉うどん		
9・30	金	ご飯 チキンのパン粉焼き シラスと胡瓜の酢の物 味噌汁	米・砂糖・油・パン粉・小麦粉・片栗粉	しらす干し・鶏肉・牛乳・豆乳	キャベツ・胡瓜・パプリカ・人参・白菜・万能葱 パイン缶・寒天・南瓜	牛乳 和風南瓜プリン フルーツ(パイン缶)		
12・26	月	ハヤシライス スパゲティサラダ フルーツ(オレンジ)	米・砂糖・油・パスタ・小麦粉	豚肉・牛乳・豆乳・おから	オレンジ・胡瓜・人参・グリーンピース・パプリカ・玉葱・レーズン	牛乳 おから蒸しパン		
13・27	火	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)	米・砂糖・油・片栗粉・じゃが芋・小麦粉	カラスカレイ・鶏肉・牛乳・チーズ・豆乳	チンゲン菜・ワカメ・人参・柿・枝豆・水菜・大根・生姜	牛乳 ポンデケージョ		
14・28	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・米粉・バター	厚揚げ・豚肉・牛乳・きな粉・小豆缶・豆乳	かぶ・南瓜・グリーンピース・牛蒡・バナナ・人参・長葱	牛乳 米粉の小豆ケーキ		
								
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
1〜2				448	15・5	13・4	65.8	1・2

※三食食品群に分類されない調味料として、ケチャップ・ソース・マヨドレ・ふりかけ・ベーキングパウダー・ハヤシの王子様・醤油・酢・塩・かつおこぶだしをしよういたします。
※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。
※1〜2歳児の栄養価は、午前おやつ(麦茶)・昼食・午後おやつ(の合計栄養価になります。

