

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	
3・17	月	肉みそライス ブロッコリーとトマトの大豆サラダ 具たくさん汁	米・砂糖・油・ごま油・薩摩芋・小麦粉	大豆・豚肉・牛乳・豆乳	かぶ・トマト・ブロッコリー・ピーマン・玉葱・人参・長葱・白菜	牛乳	鬼まんじゅう
4・18	火	ご飯 ホワイトシチュー 大根サラダ フルーツ(オレンジ)	米・砂糖・油・じゃが芋・いりごま	鶏肉・牛乳・鉄分強化チーズca+Fe	オレンジ・胡瓜・コーン・パセリ・玉葱・人参・大根・南瓜	牛乳	南瓜茶巾 鉄分強化チーズ
5・19	水	ふりかけご飯 鮭の甘辛だれ もやしと鶏ささみの和え物 味噌汁 フルーツ(いよかん)	小麦粉 米・砂糖・油 ごま油・焼麩・米粉	鶏肉・牛乳 鮭・おから 豆乳	いよかん トマト・もやし・玉葱 バナナ 小松菜	牛乳	バナナおからドーナツ
6・20	木	ご飯 豚肉のケチャップ炒め かぶと水菜のサラダ 豆乳スープ	米・砂糖・油・バター・小麦粉・片栗粉	豆乳・豚肉・牛乳	かぶ・青梗菜・ピーマン・玉葱・人参・水菜	牛乳	キャロット蒸しパン
7・21	金	けんちんうどん ブロッコリーとツナのバター炒め ヨーグルト	うどん・バター・砂糖・油・薩摩芋・片栗粉	ツナ缶・ヨーグルト・鶏肉・牛乳・豆腐	コーン・オレンジ・ブロッコリー・人参・大根・長葱	牛乳	薩摩芋もち フルーツ(オレンジ)
10	月	スパゲッティミートソース 南瓜の塩バター煮 スープ	スパゲッティ・バター・砂糖・小麦粉・油	豚肉・きな粉・牛乳・大豆	いんげん・南瓜・コーン・パセリ・玉葱・人参・洋梨缶・寒天	牛乳	洋梨寒天 大豆きな粉
25	火	ご飯 カラスカレイの漬け焼き 炒りおから 味噌汁 フルーツ(白桃缶)	米・砂糖・油・花麩・米粉	おから・カラスカレイ・油揚げ・牛乳・削り節し	キャベツ・青梗菜・ミックスベジタブル・白桃缶・小松菜	牛乳	おやき風
12・26	水	しらすご飯 鶏肉のから揚げ 豆腐と野菜のやわらか煮 味噌汁	米・砂糖・油・小麦粉・片栗粉・米粉	しらす干し・鶏肉・豆腐・牛乳	えのき・牛蒡・トマト・法蓮草・ワカメ・枝豆・人参・生姜・パイン缶	牛乳	パインの米粉蒸しケーキ
13・27	木	ご飯 鶏肉の照り焼き 切干し大根サラダ 味噌汁	米・砂糖・油・ごま油・小麦粉	鶏肉・豆乳・油揚げ・小豆缶・牛乳	青梗菜・玉葱・枝豆・人参・切り干し大根	牛乳	どら焼き
14・28	金	ハヤシライス 南瓜サラダ フルーツ(バナナ)	米・砂糖・油・バター・薩摩芋	豆乳・豚肉・牛乳	南瓜・グリーンピース・しめじ・レーズン・パセリ・バナナ・玉葱・人参・林檎・レーズン	牛乳	林檎と薩摩芋のコンポート
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
			443		16・0	13・6	64・7 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、酢、醤油、ベーキングパウダー、コンソメ、ソース、鉄分強化ふりかけ穀物、ハヤシの王子様、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。

