



キッズ	昼食	3色食品群				1〜2歳児			
		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	3色食品群以外の使用食材	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物	アレルギー (乳・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・りんご)		
3	月	ご飯 ハヤシライス ブロッコリーのたまごサラダ みかん	ご飯・マヨネーズ じゃがいも・砂糖・油	豚肉・牛乳・玉子	たまねぎ・人参 ブロッコリー・みかん	ハヤシルー・水 精製塩	411 kcal 15.4 g 11.9 g 62.2 g 1.0 g	乳・卵・小麦	
4	火	ご飯 助宗タラのバター醤油焼き 豆腐と野菜の玉子とじ煮 みそ汁(かぶ・油揚げ) ヨーグルト	ご飯・バター・砂糖・片栗粉・油	スケソウダラ・ヨーグルト 玉子・豆腐・味噌・油揚げ	かぶ・玉ねぎ・小松菜・人参・白菜	みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩	285 kcal 14.0 g 8.5 g 41.3 g 0.8 g	乳・卵・小麦	
5	水	コーンクリームスパゲティ さつま芋・人参の和え物 スープ(もやし・ごぼう)	さつま芋・スパゲティ・バター・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豚肉	クリームコーン缶・ごぼう・ほうれん草・もやし・玉ねぎ・人参	こしょう・コンソメ・出し汁・醤油・水・精製塩	310 kcal 12.5 g 10.5 g 43.6 g 0.9 g	乳・小麦	
6	木	鉄分強化！ふりかけご飯 鮭のみぞれ煮 豆腐と小松菜のサラダ みそ汁(焼ふ・玉ねぎ) フルーツ(りんご)	ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	鮭・豆腐・味噌	かぼちゃ・りんご・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	ふりかけ・みりん風調味料・出し汁・醤油・酢・精製塩	305 kcal 13.1 g 8.9 g 46.5 g 0.9 g	小麦 ※18	
7	金	ご飯 鶏肉の玉子とじ煮 かぶとトマトのごまサラダ みそ汁(えのき茸・もやし)	ごま・ご飯・砂糖・油	玉子・鶏肉・味噌	えのき茸・かぶ・コーン・トマト・もやし・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	酒・出し汁・醤油・酢	273 kcal 10.1 g 9.4 g 39.1 g 0.7 g	卵・小麦 ※63	
10	月	ご飯 チキンとかぼちゃのトマト煮 大根サラダ スープ(ワカメ・小松菜)	ご飯・マヨネーズ・砂糖・片栗粉・油	鶏肉	カットトマトパック・かぼちゃ・きゅうり・パセリ・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	ケチャップ・コンソメ・醤油・水・精製塩	266 kcal 8.5 g 8.3 g 42.6 g 0.9 g	乳・卵・小麦	
11	火	けんこきねんのひ							
12	水	ご飯 豆腐とささみの中華煮 さつま芋の甘辛炒め 中華スープ(ごぼう・長ねぎ)	ごま油・ご飯・さつま芋・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・豆腐	グリーンピース・ごぼう・人参・長ねぎ・白菜	酒・醤油・水・精製塩・中華味	299 kcal 10.6 g 6.5 g 51.5 g 0.9 g	小麦	
13	木	ご飯 ビーフシチュー キャベツのたまごサラダ もも	ご飯・マヨネーズ・じゃが芋・砂糖・油	牛肉・豚肉・牛乳・玉子	たまねぎ・にんじん・キャベツ・もも	ビーフシチュールー・水・精製塩	395 kcal 12.3 g 12.3 g 63.8 g 1.4 g	乳・小麦	
14	金	鉄分強化！ふりかけご飯 ●ハートの玉子焼き 春雨サラダ みそ汁(なめこ・大根) フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・砂糖・春雨・油	玉子・豆腐・味噌	きゅうり・コーン・なめこ・バナナ・パプリカ・赤・玉ねぎ・人参・大根	ふりかけ・酒・出し汁・酢・水・精製塩	293 kcal 8.4 g 8.7 g 47.6 g 0.8 g	卵・小麦 ※18	
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			
3〜5歳		390/16.1/10.8/57.0/1.1未満	394	14.9	12.2	59.6			
1〜2歳		285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	295	11.2	9.2	44.7			

キッズ	昼食	3色食品群				1〜2歳児		
		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	3色食品群以外の使用食材	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物	アレルギー (乳・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・りんご)	
17	月	グリーンピースご飯 豚肉とじゃが芋のコンソメ煮 マカロニサラダ みそ汁(大根・ワカメ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・マカロニ・砂糖・油	豚肉・味噌	きゅうり・グリーンピース・パプリカ黄・ワカメ・人参・大根	コンソメ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	279 kcal 10.4 g 8.0 g 43.1 g 0.8 g	乳・小麦
18	火	ご飯 チキンカレー 大根ときゅうりのサラダ フルーツ(もも)	ご飯・マヨネーズ 砂糖・小麦粉・油	鶏肉・牛乳・ツナ缶	たまねぎ・人参 大根・きゅうり	カレールー・水 精製塩	395 kcal 12.4 g 12.3 g 63.6 g 1.4 g	乳・小麦
19	水	コーンクリームスパゲティ さつま芋・人参の和え物 スープ(もやし・ごぼう)	さつま芋・スパゲティ・バター・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豚肉	クリームコーン缶・ごぼう・ほうれん草・もやし・玉ねぎ・人参	こしょう・コンソメ・出し汁・醤油・水・精製塩	310 kcal 12.5 g 10.5 g 43.6 g 0.9 g	乳・小麦
20	木	鉄分強化！ふりかけご飯 鮭のみぞれ煮 豆腐と小松菜のサラダ みそ汁(焼ふ・玉ねぎ) フルーツ(りんご)	ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	鮭・豆腐・味噌	かぼちゃ・りんご・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	ふりかけ・みりん風調味料・出し汁・醤油・酢・精製塩	305 kcal 13.1 g 8.9 g 46.5 g 0.9 g	小麦 ※18
21	金	ご飯 鶏肉の玉子とじ煮 かぶとトマトのごまサラダ みそ汁(えのき茸・チンゲン菜)	ごま・ご飯・砂糖・油	玉子・鶏肉・味噌	えのき茸・かぶ・コーン・チンゲン菜・トマト・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	酒・出し汁・醤油・酢	272 kcal 10.0 g 9.4 g 39.0 g 0.7 g	卵・小麦 ※63
24	月	ふりかけきゅうじつ						
25	火	ポークカレーライス チンゲン菜の玉子サラダ フルーツ(白桃缶)	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	玉子・豆腐・豚肉	チンゲン菜・玉ねぎ・人参・赤ピーマン・白桃缶	ケチャップ・とろけるカレー・甘口・酒・醤油・酢・水	325 kcal 11.3 g 11.0 g 48.1 g 1.1 g	卵・小麦
26	水	ご飯 豆腐とささみの中華煮 さつま芋の甘辛炒め 中華スープ(ごぼう・長ねぎ)	ごま油・ご飯・さつま芋・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・豆腐	グリーンピース・ごぼう・人参・長ねぎ・白菜	酒・醤油・水・精製塩・中華味	299 kcal 10.6 g 6.5 g 51.5 g 0.9 g	小麦
27	木	ご飯 鶏肉のクリームシチュー 白菜サラダ フルーツ(みかん)	ご飯・マヨネーズ じゃが芋・砂糖・油	鶏肉・牛乳・かにかま	玉ねぎ・人参・白菜 きゅうり・コーン みかん	シチュールー・水・精製塩	411 kcal 15.4 g 11.9 g 62.2 g 1.0 g	乳・卵・小麦
28	金	鉄分強化！ふりかけご飯 コーン入り厚焼玉子 春雨サラダ みそ汁(なめこ・大根) フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・砂糖・春雨・油	玉子・豆腐・味噌	きゅうり・コーン・なめこ・バナナ・パプリカ・赤・玉ねぎ・人参・大根	ふりかけ・酒・出し汁・酢・水・精製塩	293 kcal 8.4 g 8.7 g 47.6 g 0.8 g	卵・小麦 ※18

※3色食品群は食品中に含まれる栄養素を見た目で分かりやすくする為の目安です。3色食品群に分類されない食材は、「3色食品群以外の使用食材」に記載しております。
 ※調味料のアレルギー表示は弊社でお届けしたものに限りです。またアレルギーの詳細は「予定献立表」でご確認下さい。
 ※都合により、献立を変更する場合がございます。
 ※18 本製品で使用している海苔は、えび・かにの生息域で採取しています。
 ※60 本工場では小麦・乳を使用してあります。
 ※63 本品製造工場では小麦を含む製品を生産しております。
 ※174 本品生産工場では、そば、卵を含む製品を製造しています。
 ※190 同一工場でも卵・乳成分・小麦・落花生・えび・くるみを含む製品を製造しています。

食べ物は良く噛んで食べましょう。
 良く噛むことで、虫歯予防や消化の負担が減り、お腹に良いと言われています。

