

3月



キッズ	昼食	3色食品群				3色食品群以外の使用食材		アレルギー	
		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塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・まぶかにくのみ)	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・まぶかにくのみ)	
1	金	●いなり風まぜごはん 豚肉とかぼちゃ煮物 みそ汁(もやし・ワカメ) フルーツ(バナナ)	ご飯・砂糖・油	玉子・豚肉・味噌・油揚げ	かぼちゃ・キヌサヤ・バナナ・もやし・ワカメ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	307 12.4 10.3 44.1 0.9	kcal g g g g	卵・小麦
4	月	ご飯 シチュー ブロッコリーとたまごのサラダ みかん	ご飯・砂糖・油・マヨネーズ・じゃがいも	牛乳・鶏肉・玉子	玉ねぎ・人参・ブロッコリー・みかん	シチュールー・精製塩	302 10.4 9.9 45.0 1.1	kcal g g g g	乳・小麦
5	火	ご飯 カラスカレイのサクサクフライ 豚肉ときのこの玉子とじ煮 みそ汁(花ふ・ワカメ) フルーツ(りんご)	ご飯・パン粉・花ふ・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・玉子・豚肉・味噌	キャベツ・しめじ・りんご・ワカメ・人参	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	302 11.3 10.4 43.9 0.8	kcal g g g g	卵・小麦
6	水	鶏うどん さつま芋サラダ フルーツ(バナナ)	うどん・さつま芋・マヨネーズ・砂糖	鶏肉・油揚げ	きゅうり・バナナ・もやし・人参・長ねぎ	みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	265 9.2 8.3 37.7 0.8	kcal g g g g	卵・小麦 ※14
7	木	鉄分強化！ふりかけごはん 鮭のごまみそ焼き 大根と豚肉の照り煮 すまし汁(焼ふ・玉ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ごま・ご飯・砂糖・焼ふ・油	鮭・豚肉・味噌	オレンジ・玉ねぎ・人参・水菜・大根	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	266 11.9 6.2 41.8 0.8	kcal g g g g	小麦 ※18
8	金	ご飯 ひき肉入りオムレツ 白菜とコーンのサラダ スープ(人参・ごぼう) フルーツ(バナナ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	玉子・鶏肉	コーン・ごぼう・バナナ・玉ねぎ・人参・白菜	ケチャップ・こしょう・コンソメ・醤油・酢・水・精製塩	284 9.2 8.8 44.8 0.8	kcal g g g g	乳・卵・小麦
11	月	ご飯 ボーカカレー だいごんのたまごのサラダ もも	ご飯・砂糖・油・マヨネーズ・じゃがいも	牛乳・豚肉・玉子	玉ねぎ・人参・だいごん・もも	カレールー・精製塩	270 10.7 8.9 38.6 0.9	kcal g g g g	乳・小麦
12	火	ご飯 鶏のから揚げ 白菜とひじきのごま煮 みそ汁(玉ねぎ・なめこ)	ごま・ご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	鶏肉・味噌	なめこ・にんにく・ひじき・玉ねぎ・人参・生姜・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	281 8.9 9.7 41.3 0.8	kcal g g g g	小麦
13	水	ご飯 白糸タラのマヨ焼き 炒り粉豆腐 具だくさん汁(焼ふ・大根・油揚げ) フルーツ(バナナ)	ご飯・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	シロイタダ・豚肉・粉豆腐・味噌・油揚げ	チンゲン菜・バナナ・人参・大根	こしょう・出し汁・醤油・精製塩	305 12.8 11.6 39.4 0.7	kcal g g g g	卵・小麦
14	木	●ホワイトデー☆クリームライス ポテト玉子サラダ フルーツ(不知火)	ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・油	牛乳・玉子・鶏肉	グリーンアスパラ・グリーンピース・玉ねぎ・人参・不知火(しらぬい)	コンソメ・とろけるシチュークリーム・酢・水・精製塩	332 10.7 12.4 47.0 1.0	kcal g g g g	乳・卵・小麦
15	金	ご飯 玉子と豚肉のバター醤油炒め かぼちゃの信田煮 みそ汁(もやし・ワカメ) フルーツ(バナナ)	ご飯・バター・砂糖・油	玉子・豚肉・味噌・油揚げ	かぼちゃ・バナナ・ほうれん草・もやし・ワカメ・玉ねぎ	こしょう・酒・出し汁・醤油・精製塩	306 12.3 10.1 43.9 0.9	kcal g g g g	乳・卵・小麦
年齢		給与栄養目標量				エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分			
3~5歳	390/16.1/10.8/57.0/1.1未満	391	14.7	12.2	58.5				
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	293	11.0	9.1	43.9				

キッズ	昼食	3色食品群				3色食品群以外の使用食材		アレルギー	
		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塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・まぶかにくのみ)	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・まぶかにくのみ)	
18	月	お豆腐キーマカレー 白菜とコーンのコンソメ煮 フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・油	牛乳・鶏肉・豆腐	オレンジ・グリーンピース・コーン・玉ねぎ・人参・白菜	ケチャップ・コンソメ・とろけるカレー 甘口・水・精製塩	302 10.4 9.9 45.0 1.1	kcal g g g g	乳・小麦
19	火	ご飯 カラスカレイのサクサクフライ 豚肉ときのこの玉子とじ煮 みそ汁(花ふ・ワカメ) フルーツ(りんご)	ご飯・パン粉・花ふ・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・玉子・豚肉・味噌	キャベツ・しめじ・りんご・ワカメ・人参	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	302 11.3 10.4 43.9 0.8	kcal g g g g	卵・小麦
20	水	春分の日							
21	木	鉄分強化！ふりかけごはん 鮭のごまみそ焼き 大根と豚肉の照り煮 すまし汁(焼ふ・玉ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ごま・ご飯・砂糖・焼ふ・油	鮭・豚肉・味噌	オレンジ・玉ねぎ・人参・水菜・大根	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	266 11.9 6.2 41.8 0.8	kcal g g g g	小麦 ※18
22	金	ご飯 ハヤシライス キャベツのたまごのサラダ もも	ご飯・砂糖・油・マヨネーズ・じゃがいも	牛乳・豚肉・玉子	玉ねぎ・人参・キャベツ・もも	ハヤシルー・精製塩	281 9.0 8.9 44.5 0.8	kcal g g g g	乳・卵・小麦
25	月	スバゲティオボリタン かぼちゃサラダ みるくスープ(小松菜・人参)	スバゲッティ・バター・砂糖・片栗粉・油	牛乳・豚肉	かぼちゃ・きゅうり・ピーマン・玉ねぎ・小松菜・人参	ウスターソース・ケチャップ・コンソメ・酒・醤油・酢・水・精製塩	270 10.7 8.9 38.6 0.9	kcal g g g g	乳・小麦
26	火	ご飯 鶏のから揚げ 白菜とひじきのごま煮 みそ汁(玉ねぎ・なめこ)	ごま・ご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	鶏肉・味噌	なめこ・にんにく・ひじき・玉ねぎ・人参・生姜・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	281 8.9 9.7 41.3 0.8	kcal g g g g	小麦
27	水	ご飯 白糸タラのマヨ焼き 炒り粉豆腐 具だくさん汁(焼ふ・大根・油揚げ) フルーツ(バナナ)	ご飯・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	シロイタダ・豚肉・粉豆腐・味噌・油揚げ	チンゲン菜・バナナ・人参・大根	こしょう・出し汁・醤油・精製塩	305 12.8 11.6 39.4 0.7	kcal g g g g	卵・小麦
28	木	ご飯 シチュー ブロッコリーとたまごのサラダ みかん	ご飯・砂糖・油・マヨネーズ・じゃがいも	牛乳・鶏肉・玉子	玉ねぎ・人参・ブロッコリー・みかん	シチュールー・精製塩	326 10.8 11.9 46.6 0.8	kcal g g g g	乳・卵・小麦
29	金	ご飯 玉子と豚肉のバター醤油炒め かぼちゃの信田煮 みそ汁(もやし・ワカメ) フルーツ(バナナ)	ご飯・バター・砂糖・油	玉子・豚肉・味噌・油揚げ	かぼちゃ・バナナ・ほうれん草・もやし・ワカメ・玉ねぎ	こしょう・酒・出し汁・醤油・精製塩	306 12.3 10.1 43.9 0.9	kcal g g g g	乳・卵・小麦

※3色食品群は食品中に含まれる栄養素を見ただけ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。
 ※14 この商品は「そば・卵」を含む製品と同じ施設で製造しておりますが、混入を最小限に抑えるように十分に配慮して生産されております。
 ※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・乳を使用しております。

