



キッズ	屋食	4月	3色食品群					アレルギー	おやつ
			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	アレルギー	おやつ		
年齢	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量							
3~5歳	390/16.1/10.8/57.0/1.2未満	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歳	285/11.8/7.9/41.7/0.9未満	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g			
2日	高野豆腐のふわふわ煮 鶏レバーの甘辛炒め ご飯・はるかめスープ	ご飯・小麦粉・ごま油・砂糖・春雨	高野豆腐・玉子・鶏レバー	小松菜・人参・しめじ・玉ねぎ・ビーマン・水菜	卵・小麦	397 kcal 16.1 g 8.8 g 60.7 g 1.1 g	298 kcal 12.1 g 6.6 g 45.5 g 0.8 g		牛乳 マカロニきな粉
3月	カレーライス ツナマヨサラダ フルーツ(りんご)	ご飯・じゃが芋・油・砂糖・マヨネーズ	豚肉・牛乳・ツナフレーク缶	玉ねぎ・人参・キャベツ・りんご	卵・小麦	436 kcal 13.2 g 13.9 g 62.8 g 1.2 g	327 kcal 9.9 g 10.4 g 47.1 g 0.9 g		牛乳 マカロニきな粉
4火	スケツウタラの洋風照り焼き 豆腐のそぼろあんかけ 鉄分強化！ふりかけご飯 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・小麦粉・油・バター・片栗粉	スケツウタラ・豆腐・鶏肉・玉子	かぼちゃ・玉ねぎ・人参・ワカメ・オレンジ	なし ※18・小麦・卵	398 kcal 16.8 g 8.6 g 61.5 g 1.3 g	299 kcal 12.6 g 6.5 g 46.1 g 1.0 g		焼きそば
5水	鶏ささみのサクサク米粉揚げ 三色和え グリーンピースご飯 フルーツ(バナナ)	ご飯・米粉・油・砂糖	鶏肉	グリーンピース・生姜・トマト・もやし・ほうれん草・人参・バナナ	小麦	334 kcal 14.7 g 4.7 g 54.9 g 0.5 g	251 kcal 11.0 g 3.5 g 41.2 g 0.4 g		牛乳 ホットケーキ
6木	コーン入り厚焼玉子 鶏肉と大根の甘辛煮 ご飯・みそ汁 フルーツ(キウイフルーツ)	ご飯・油・砂糖・じゃが芋	玉子・無調整豆乳・鶏肉・油揚げ	玉ねぎ・コーン・大根・キウイフルーツ	卵・小麦	436 kcal 15.2 g 15.5 g 55.8 g 1.3 g	327 kcal 11.4 g 11.6 g 41.9 g 1.0 g		野菜おやき
7金	豚肉の生姜焼き かぼちゃの甘煮 納豆ごはん・すまし汁	ご飯・油・砂糖・ソース	納豆・豚肉	生姜・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・長ねぎ	小麦・小麦 ※14	430 kcal 17.0 g 9.9 g 65.4 g 1.3 g	323 kcal 12.8 g 7.4 g 49.1 g 1.0 g		牛乳 蒸しパン
9日	鹿児島奄美 鶏飯風 白菜のしらす和え 大豆の甘辛揚げ フルーツ(りんご)	ご飯・油・さつまい芋・片栗粉・砂糖	鶏肉・玉子・大豆・しらす干し	生姜・人参・万能ねぎ・のり・ごぼう・白菜・りんご	卵・小麦・なし ※15	404 kcal 13.1 g 11.4 g 59.6 g 0.8 g	303 kcal 9.8 g 8.6 g 44.7 g 0.6 g		牛乳 ホットケーキ
10月	秋鮭の漬け焼き キャベツと玉子のおかか炒め ご飯・みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・油・ごま油	秋鮭・玉子・花かつお・油揚げ	きゅうり・キャベツ・人参・かぼちゃ・オレンジ	小麦・卵	346 kcal 15.4 g 7.2 g 52.9 g 1.2 g	260 kcal 11.6 g 5.4 g 39.7 g 0.9 g		牛乳 サンドイッチ・チーズ
11火	豆腐の野菜あんかけ さつま芋の塩バター煮 ひじきご飯・みそ汁	ご飯・油・砂糖・ごま油・片栗粉・さつま芋・バター	油揚げ・豆腐・豚肉	ひじき・人参・玉ねぎ・しめじ・グリーンピース・大根・万能ねぎ	小麦・乳	443 kcal 14.9 g 10.5 g 71.2 g 1.2 g	332 kcal 11.2 g 7.9 g 53.4 g 0.9 g		お好み焼き
12水	じゃがコロッケ 野菜のごまネーズサラダ 鉄分強化！ふりかけごはん みそ汁	ご飯・じゃが芋・油・小麦粉・パン粉・ごま・砂糖・マヨネーズ・焼ふ	ツナフレーク缶	玉ねぎ・トマト・キャベツ・人参・長ねぎ	小麦 ※18・小麦・卵	478 kcal 12.0 g 16.9 g 68.0 g 1.1 g	359 kcal 9.0 g 12.7 g 51.0 g 0.8 g		マカロニきな粉 牛乳
13木	かき玉うどん 炒りおから ヨーグルト	うどん・片栗粉・油・砂糖	鶏肉・玉子・油揚げ・おから・ヨーグルト	大根・小松菜・ごぼう・人参・枝豆	小麦 ※14・卵・小麦・乳	323 kcal 16.8 g 8.4 g 42.8 g 2.9 g	242 kcal 12.6 g 6.3 g 32.1 g 2.2 g		炊き込みご飯
14金	遠足のため給食はありません。								ラスク 牛乳

年齢	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量				
3~5歳	390/16.1/10.8/57.0/1.2未満	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歳	285/11.8/7.9/41.7/0.9未満	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g
		390	14.6	10.4	60.6	1.2
		303	10.9	7.8	45.5	0.9



キッズ	屋食	4月	3色食品群					アレルギー	おやつ
			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	アレルギー	おやつ		
年齢	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量							
3~5歳	390/16.1/10.8/57.0/1.2未満	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歳	285/11.8/7.9/41.7/0.9未満	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g			
17月	カレーライス ツナマヨサラダ フルーツ(りんご)	ご飯・じゃが芋・油・砂糖・マヨネーズ	豚肉・牛乳・ツナフレーク缶	玉ねぎ・人参・キャベツ・りんご	乳・小麦	436 kcal 13.2 g 13.9 g 62.8 g 1.2 g	327 kcal 9.9 g 10.4 g 47.1 g 0.9 g		牛乳 マカロニきな粉
18火	スケツウタラの洋風照り焼き 豆腐のそぼろあんかけ 鉄分強化！ふりかけご飯 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・小麦粉・油・バター・片栗粉	スケツウタラ・豆腐・鶏肉・玉子	かぼちゃ・玉ねぎ・人参・ワカメ・オレンジ	なし ※18・小麦・卵	398 kcal 16.8 g 8.6 g 61.5 g 1.3 g	299 kcal 12.6 g 6.5 g 46.1 g 1.0 g		焼きそば
19水	鶏ささみのサクサク米粉揚げ もやしとほうれん草の和え物 ブタさんライス フルーツ(バナナ)	ご飯・砂糖・米粉・油	鶏肉	もやし・ほうれん草・バナナ	小麦	362 kcal 15.8 g 4.8 g 61.2 g 0.6 g	272 kcal 11.9 g 3.6 g 45.9 g 0.5 g		ホットケーキ 牛乳
20木	コーン入り厚焼玉子 鶏肉と大根の甘辛煮 ご飯・みそ汁 フルーツ(キウイフルーツ)	ご飯・油・砂糖・じゃが芋	玉子・無調整豆乳・鶏肉・油揚げ	玉ねぎ・コーン・大根・キウイフルーツ	卵・小麦	436 kcal 15.2 g 15.5 g 55.8 g 1.3 g	327 kcal 11.4 g 11.6 g 41.9 g 1.0 g		野菜おやき
21金	豚肉の生姜焼き かぼちゃの甘煮 納豆ごはん・すまし汁	ご飯・油・砂糖・ソース	納豆・豚肉	生姜・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・長ねぎ	小麦・小麦 ※14	430 kcal 17.0 g 9.9 g 65.4 g 1.3 g	323 kcal 12.8 g 7.4 g 49.1 g 1.0 g		牛乳 蒸しパン
22土	カラスカレイのムニエル 鶏ささみと野菜のサラダ ご飯・みそ汁 ヨーグルト	ご飯・小麦粉・油・バター・砂糖	カラスカレイ・鶏肉・ヨーグルト	カットトマト缶・にんにく・大根・水菜・玉ねぎ・しめじ	小麦・乳	342 kcal 14.3 g 7.1 g 52.6 g 0.9 g	257 kcal 10.7 g 5.3 g 39.5 g 0.7 g		牛乳 蒸しパン
24月	秋鮭の漬け焼き キャベツと玉子のおかか炒め ご飯・みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・油・ごま油	秋鮭・玉子・花かつお・油揚げ	きゅうり・キャベツ・人参・かぼちゃ・オレンジ	小麦・卵	346 kcal 15.4 g 7.2 g 52.9 g 1.2 g	260 kcal 11.6 g 5.4 g 39.7 g 0.9 g		牛乳 ホットケーキ
25火	豆腐の野菜あんかけ さつま芋の塩バター煮 ひじきご飯・みそ汁	ご飯・油・砂糖・ごま油・片栗粉・さつま芋・バター	油揚げ・豆腐・豚肉	ひじき・人参・玉ねぎ・しめじ・グリーンピース・大根・万能ねぎ	小麦・乳	443 kcal 14.9 g 10.5 g 71.2 g 1.2 g	332 kcal 11.2 g 7.9 g 53.4 g 0.9 g		おにぎり
26水	じゃがコロッケ 野菜のごまネーズサラダ 鉄分強化！ふりかけごはん みそ汁	ご飯・じゃが芋・油・小麦粉・パン粉・ごま・砂糖・マヨネーズ・焼ふ	ツナフレーク缶	玉ねぎ・トマト・キャベツ・人参・長ねぎ	小麦 ※18・小麦・卵	478 kcal 12.0 g 16.9 g 68.0 g 1.1 g	359 kcal 9.0 g 12.7 g 51.0 g 0.8 g		マカロニきな粉 牛乳
27木	かき玉うどん 炒りおから ヨーグルト	うどん・片栗粉・油・砂糖	鶏肉・玉子・油揚げ・おから・ヨーグルト	大根・小松菜・ごぼう・人参・枝豆	小麦 ※14・卵・小麦・乳	323 kcal 16.8 g 8.4 g 42.8 g 2.9 g	242 kcal 12.6 g 6.3 g 32.1 g 2.2 g		炊き込みご飯
28金	ハヤシライス フルーツ(オレンジ) 彩り野菜サラダ	ご飯・油・砂糖	豚肉	玉ねぎ・カットトマト缶・キャベツ・きゅうり・パプリカ赤・オレンジ	小麦	383 kcal 10.7 g 11.2 g 58.3 g 1.2 g	287 kcal 8.0 g 8.4 g 43.7 g 0.9 g		蒸しパン 牛乳
29土	チキンライス かぼちゃコロッケ スープ フルーツ(グループフルーツ)	ご飯・バター・油・小麦粉・パン粉	鶏肉・ツナフレーク缶	玉ねぎ・グリーンピース・かぼちゃ・コーン・キャベツ・大根・人参・ブレイブフルーツ	乳・小麦	455 kcal 12.6 g 11.3 g 73.6 g 0.9 g	341 kcal 9.5 g 8.5 g 55.2 g 0.7 g		

※3色食品群は食品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。
 ※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。
 ※15 本製品に使用しているしらす干しの原料魚は、えび・かにが混ざる漁法で採取しています。
 ※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。
 ※25 この商品は卵、小麦、えびを使用した設備で製造しています。また、原料で使用している魚肉すり身は、えび・かにを食べています。

