

キッズ	昼食	7月	3色食品群				アレルギー <small>(乳・卵・小麦・大豆・そば・とうもろこし・そば)</small>	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					
3~5歳	1~2歳	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分
3	月	鶏ささみの中華風ごまだれ さつま芋のレーズン煮 ご飯・みそ汁	鶏肉	玉ねぎ・かぼちゃ・なす・カットトマト缶・大根・パプリカ黄・きゅうり・オレンジ	キャベツ・人参・ワカメ・レーズン・長ねぎ	小麦	牛乳 ホットケーキ				
4	火	夏野菜のカレーライス 和風ツナサラダ フルーツ(オレンジ)	豚肉・牛乳・ツナフレック缶	玉ねぎ・かぼちゃ・なす・カットトマト缶・大根・パプリカ黄・きゅうり・オレンジ	乳・小麦	おにぎり					
5	水	カラスカレイの磯パン焼き 豚肉と白菜の重ね煮 ご飯・みそ汁 フルーツ(バナナ)	カラスカレイ・豚肉・油揚げ	青のり・枝豆・白菜・人参・玉ねぎ・バナナ	小麦・卵・乳	マカロニきな粉 牛乳					
6	木	スクランブルエッグ 炊き込みピラフ・ビーンズスープ フルーツ(キウイフルーツ)	鶏肉・玉子・大豆	玉ねぎ・コーン・人参・パセリ・トマト・キャベツ・キウイフルーツ	乳・小麦・卵	ヨーグルト					
7	金	イェント献立 ヒタそうめん 豆腐のそぼろあんかけ わかめの酢の物 フルーツ(バナナ)	ソーメン・砂糖・油・片栗粉・ごま油	玉子・豆腐・豚肉	小麦 ※14・小麦・卵	ヒタゼリー カルビス					
9	日	スパニッシュオムレツ 大根の小エビあんかけ ご飯・みそ汁 ヨーグルト	玉子・ツナフレック缶・素干しエビ・油揚げ・ヨーグルト	玉ねぎ・トマト・大根・枝豆・キャベツ	卵・乳・えび ※35・小麦						
10	月	白系タラのマヨネーズ焼き 炒りおから 鉄分強化！ふりかけごはん みそ汁 フルーツ(オレンジ)	シロイトタラ・油揚げ・おから・豆腐	玉ねぎ・かぼちゃ・ごぼう・人参・ワカメ・オレンジ	なし ※18・小麦・卵	フルーチェ 牛乳					
11	火	キャベツの和風スパゲティ 大豆のごまヨササラダ スープ	スパゲティ・バター・油・ごま・砂糖・マヨネーズ	豚肉・大豆	小麦・乳・卵	誕生日ケーキ 牛乳					
12	水	磯かき揚げ丼 じゃが芋のころころ煮 すまし汁 フルーツ(グレープフルーツ)	ご飯・天ぷら粉・油・砂糖・じゃが芋	豚肉・豆腐	えび ※35・小麦 ※3・小麦	ホットケーキ 牛乳					
13	木	黄金カレーの生姜煮 玉子と野菜のおかか炒め ご飯・みそ汁 フルーツ(キウイフルーツ)	ご飯・砂糖・ごま油・さつま芋	カレー・玉子・花かつお	小麦・卵	おにぎり					
14	金	春雨の和風マヨ和え ケチャップライスのふわふわ玉子のせ スープ フルーツ(グレープフルーツ)	ご飯・バター・油・春雨・砂糖・マヨネーズ	ツナフレック缶・玉子	卵・小麦	サンドイッチ 牛乳					
年齢			給与栄養目標量				当月平均給与栄養量				
3~5歳	エネルギー/たんぱく質/脂質/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歳	エネルギー/たんぱく質/脂質/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				

※食物アレルギーの表示は、
くむこむこで、食品アレルギーの表示が
あり、お肌に良いとされています。

キッズ	昼食	7月	3色食品群				アレルギー <small>(乳・卵・小麦・大豆・そば・とうもろこし・そば)</small>	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					
3~5歳	1~2歳	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分
18	火	カレーライス 和風ツナサラダ フルーツ(オレンジ)	ご飯・じゃが芋・油・砂糖	豚肉・牛乳・ツナフレック缶	玉ねぎ・人参・大根・パプリカ黄・きゅうり・オレンジ	乳・小麦	ゼリー				
19	水	カラスカレイの磯パン焼き 豚肉と白菜の重ね煮 ご飯・みそ汁 フルーツ(バナナ)	ご飯・小麦粉・マヨネーズ・パン粉・バター	カラスカレイ・豚肉・油揚げ	青のり・枝豆・白菜・人参・玉ねぎ・バナナ	小麦・卵・乳	ホットケーキ 牛乳				
20	木	スクランブルエッグ 炊き込みピラフ・ビーンズスープ フルーツ(キウイフルーツ)	ご飯・バター・砂糖	鶏肉・玉子・大豆	玉ねぎ・コーン・人参・パセリ・トマト・キャベツ・キウイフルーツ	乳・小麦・卵	おにぎり				
21	金	イェント献立 ひまわりライス 豆腐の野菜あんかけ スープ フルーツ(バナナ)	ご飯・油・砂糖・片栗粉・さつま芋	豚肉・玉子・豆腐	長ねぎ・キヌサヤ・トマト・玉ねぎ・人参・万能ねぎ・しめじ・バナナ	小麦・卵・乳	マカロニきな粉 牛乳				
22	土	鶏肉とキャベツのバター炒め ひじきの煮物 納豆ごはん・みそ汁	ご飯・油・砂糖・バター・ごま油・焼ふ	納豆・鶏肉	キャベツ・コーン・パプリカ赤・ひじき・人参・インゲン・長ねぎ	小麦・乳					
24	月	白系タラのマヨネーズ焼き 炒りおから 鉄分強化！ふりかけごはん みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・油・小麦粉・マヨネーズ・砂糖	シロイトタラ・油揚げ・おから・豆腐	玉ねぎ・かぼちゃ・ごぼう・人参・ワカメ・オレンジ	なし ※18・小麦・卵	サンドイッチ 牛乳				
25	火	キャベツの和風スパゲティ 大豆のごまヨササラダ スープ	スパゲティ・バター・油・ごま・砂糖・マヨネーズ	豚肉・大豆	キャベツ・人参・のり・きゅうり・トマト・玉ねぎ・しめじ	小麦・乳・卵	おにぎり				
26	水	磯かき揚げ丼 じゃが芋のころころ煮 すまし汁 フルーツ(グレープフルーツ)	ご飯・天ぷら粉・油・砂糖・じゃが芋	豚肉・豆腐	玉ねぎ・青のり・人参・グリーンピース・万能ねぎ・グレープフルーツ	えび ※35・小麦 ※3・小麦	ゼリー				
27	木	黄金カレーの生姜煮 玉子と野菜のおかか炒め ご飯・みそ汁 フルーツ(キウイフルーツ)	ご飯・砂糖・ごま油・さつま芋	カレー・玉子・花かつお	生姜・大根・人参・玉ねぎ・ピーマン・しめじ・キウイフルーツ	小麦・卵	とうもろこし				
28	金	春雨の和風マヨ和え ケチャップライスのふわふわ玉子のせ スープ フルーツ(グレープフルーツ)	ご飯・バター・油・春雨・砂糖・マヨネーズ	ツナフレック缶・玉子	玉ねぎ・グリーンピース・きゅうり・人参・大根・ほうれん草・グレープフルーツ	乳・卵・小麦	冷やしうどん				
29	土	豚肉と野菜の生姜炒め じゃが芋の信田煮 鉄分強化！ふりかけごはん みそ汁	ご飯・油・じゃが芋・砂糖	豚肉・油揚げ	生姜・玉ねぎ・パプリカ赤・人参・ワカメ・のき茸	小麦 ※18・小麦					
31	月	鶏ささみの中華風ごまだれ さつま芋のレーズン煮 ご飯・みそ汁	ご飯・ごま・砂糖・ごま油・さつま芋・焼ふ	鶏肉	キャベツ・人参・ワカメ・レーズン・長ねぎ	小麦	フルーチェ 牛乳				

※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。
香辛料や正油・みそなどの調味料は3色食品群に分類されない為、記載しておりません。
※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ません。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。
※3 この商品は「乳、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。
※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。
※35 本製品で使用しているえびは、「かに」が混ざる漁法で捕獲しています。

