

		3色食品群				3～5歳 栄養価		1～2歳 栄養価			
キッズ	昼食	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 (乳・卵・小麦・大豆・そば・えび ※35)	たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分		
1	月	スパニッシュオムレツ 白菜の素干しエビ和え 納豆ごはん・みそ汁	ご飯・じゃが芋・バター	納豆・玉子・ツナフ レック缶・素干しエビ・ 油揚げ	玉ねぎ・小松菜・白菜・ 人参・ワカメ	小麦・卵・乳・ えび ※35	417kcal 18.3g 12.1g 56.5g 1.5g	313kcal 13.7g 9.1g 42.4g 1.1g			
2	火	助孝タラの香草マヨ焼き 高野豆腐の煮物 鉄分強化！ふりかけご飯 すまし汁 フルーツ(りんご)	ご飯・油・小麦粉・マヨ ネーズ・砂糖・焼ふ	スケソウタラ・高野豆腐	玉ねぎ・パセリ・トマト・ 大根・人参・長ねぎ・り んご	小麦 ※18・ 小麦・卵	394kcal 13.8g 12.7g 54.5g 1.0g	296kcal 10.4g 9.5g 40.9g 0.8g			
3	水	カレーライス ごぼうたまごサラダ フルーツ(バナナ)	ご飯・じゃが芋・油・砂 糖・マヨネーズ	豚肉・牛乳・玉子	人参・玉ねぎ・ごぼう・ きゅうり・バナナ	乳・小麦・卵	466kcal 14.5g 16.4g 63.2g 1.3g	350kcal 10.9g 12.3g 47.4g 1.0g			
4	木	ほうとう風うどん ひじきとおからの炒り煮 フルーツ(りんご)	うどん・油・砂糖	鶏肉・油揚げ・おから	大根・かぼちゃ・万能 ねぎ・ひじき・人参・枝 豆・りんご	小麦 ※14・ 小麦	346kcal 13.9g 11.5g 46.4g 2.5g	260kcal 10.4g 8.6g 34.8g 1.9g			
5	金	鶏のから揚げ スパゲッティサラダ さつま芋のコロコロおにぎり フルーツ(オレンジ)	ご飯・さつま芋・ごま・ 砂糖・小麦粉・片栗 粉・油・スパゲッティ・ マヨネーズ	鶏肉	にんにく・生薬・キャベ ツ・きゅうり・人参・オレ ンジ	小麦・卵	478kcal 12.7g 15.7g 68.4g 0.6g	359kcal 9.5g 11.8g 51.3g 0.5g			
6	土	秋鮭のパン粉焼き かぼちゃの煮物 ご飯・すまし汁 ヨーグルト	ご飯・小麦粉・マヨ ネーズ・パン粉・パ ター・砂糖	秋鮭・豆腐・玉子・ヨー グルト	パセリ・トマト・かぼちゃ	小麦・卵・乳	407kcal 15.7g 8.7g 63.4g 0.6g	305kcal 11.8g 6.5g 47.6g 0.5g			
7	日	とりささみのごまだれ炒め 白菜とツナの炒め煮 ご飯・みそ汁	ご飯・片栗粉・ごま・砂 糖・ごま油・油・花ふ	鶏肉・ツナフレック缶	玉ねぎ・ピーマン・白 菜・ブロッコリー・人参・ ごぼう	小麦	352kcal 17.0g 6.9g 53.2g 0.9g	264kcal 12.8g 5.2g 39.9g 0.7g			
8	月	白糸タラの洋風照り焼き 肉じゃが ご飯・すまし汁 フルーツ(りんご)	ご飯・小麦粉・油・パ ター・じゃが芋・砂糖	シロイトタラ・豚肉・玉 子	小松菜・コーン・玉ね ぎ・人参・枝豆・長ね ぎ・りんご	小麦・乳・卵	415kcal 15.0g 11.3g 61.1g 0.9g	311kcal 11.3g 8.5g 45.8g 0.7g			
9	火	豚肉と豆腐の麻婆風 春雨と白菜のサラダ ご飯・中華スープ フルーツ(みかん缶)	ご飯・ごま油・砂糖・片 栗粉・春雨	豚肉・豆腐	生薬・長ねぎ・グリーン ピース・白菜・赤ピー マン・玉ねぎ・ワカメ・ みかん缶	小麦	414kcal 13.3g 9.5g 66.4g 0.9g	311kcal 10.0g 7.1g 49.8g 0.7g			
10	水	スパゲッティボリタン さつま芋のレーズン煮 みるくスープ	スパゲッティ・バター・ 油・砂糖・さつま芋・片 栗粉	鶏肉・牛乳	玉ねぎ・人参・パセリ・ レーズン・キャベツ・ コーン	小麦・乳	387kcal 11.8g 10.7g 60.2g 0.8g	290kcal 8.9g 8.0g 45.2g 0.6g			
11	木	カラスカレイの野菜あんかけ 厚揚げと白菜の煮びたし ご飯・すまし汁 フルーツ(バナナ)	ご飯・片栗粉・ごま油	カラスカレイ・厚揚げ・ 玉子	玉ねぎ・小松菜・パプ リカ赤・白菜・人参・大 根・バナナ	小麦・卵	378kcal 16.4g 9.0g 55.4g 1.0g	284kcal 12.3g 6.8g 41.6g 0.8g			
12	金	ハンバーグ もやしサラダ 鉄分強化！ふりかけご飯 みそ汁	ご飯・パン粉・油・砂糖	豚肉・牛乳・豆腐	玉ねぎ・トマト・ブロッ コリー・もやし・人参・ワカ メ	なし ※18・小 麦・乳	401kcal 14.4g 12.9g 54.0g 1.1g	301kcal 10.8g 9.7g 40.5g 0.8g			
13	土	揚げ高野豆腐の豚野菜あん 金平ごぼう ご飯・みそ汁	ご飯・片栗粉・油・砂 糖・花ふ	高野豆腐・豚肉	玉ねぎ・人参・しめじ・ グリーンピース・ごぼう・ ピーマン・かぼちゃ	小麦	448kcal 14.6g 13.0g 66.5g 0.9g	336kcal 11.0g 9.8g 49.9g 0.7g			
14	日	かき玉そうめん 鶏レバーとさつま芋の甘辛揚げ フルーツ(りんご)	ソーメン・片栗粉・油・ さつま芋・砂糖	玉子・鶏レバー	玉ねぎ・人参・万能ね ぎ・りんご	小麦 ※14・ 卵・小麦	352kcal 12.1g 9.6g 54.1g 2.6g	264kcal 9.1g 7.2g 40.6g 2.0g			
15	月	スパニッシュオムレツ 白菜の素干しエビ和え 納豆ごはん・みそ汁	ご飯・じゃが芋・バター	納豆・玉子・ツナフ レック缶・素干しエビ・ 油揚げ	玉ねぎ・小松菜・白菜・ 人参・ワカメ	小麦・卵・乳・ えび ※35	417kcal 18.3g 12.1g 56.5g 1.5g	313kcal 13.7g 9.1g 42.4g 1.1g			
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
3～5歳		390/16.1/10.8/57.0/1.2未満	407				14.7	11.7	58.6	1.2	
1～2歳		285/11.8/7.9/41.7/0.9未満	305				11.0	8.8	44.0	0.9	

<

※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。
※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。

キッズ	昼食	3色食品群	3～5歳 栄養価	たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	1～2歳 栄養価	たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分
16	火	助孝タラの香草マヨ焼き 高野豆腐の煮物 鉄分強化！ふりかけご飯 すまし汁 フルーツ(りんご)	394kcal 13.8g 12.7g 54.5g 1.0g	296kcal 10.4g 9.5g 40.9g 0.8g		
17	水	カレーライス ごぼうたまごサラダ フルーツ(バナナ)	466kcal 14.5g 16.4g 63.2g 1.3g	350kcal 10.9g 12.3g 47.4g 1.0g		
18	木	ほうとう風うどん ひじきとおからの炒り煮 フルーツ(りんご)	346kcal 13.9g 11.5g 46.4g 2.5g	260kcal 10.4g 8.6g 34.8g 1.9g		
19	金	鶏のから揚げ スパゲッティサラダ さつま芋のコロコロおにぎり フルーツ(オレンジ)	478kcal 12.7g 15.7g 68.4g 0.6g	359kcal 9.5g 11.8g 51.3g 0.5g		
20	土	秋鮭のパン粉焼き かぼちゃの煮物 ご飯・すまし汁 ヨーグルト	407kcal 15.7g 8.7g 63.4g 0.6g	305kcal 11.8g 6.5g 47.6g 0.5g		
21	日	とりささみのごまだれ炒め 白菜とツナの炒め煮 ご飯・みそ汁	352kcal 17.0g 6.9g 53.2g 0.9g	264kcal 12.8g 5.2g 39.9g 0.7g		
22	月	白糸タラの洋風照り焼き 肉じゃが ご飯・すまし汁 フルーツ(りんご)	415kcal 15.0g 11.3g 61.1g 0.9g	311kcal 11.3g 8.5g 45.8g 0.7g		
23	火	麻婆豆腐 春雨と白菜のサラダ ご飯・中華スープ フルーツ(オレンジ)	414kcal 13.3g 9.5g 66.4g 0.9g	311kcal 10.0g 7.1g 49.8g 0.7g		
24	水	スパゲッティボリタン さつま芋のレーズン煮 みるくスープ	387kcal 11.8g 10.7g 60.2g 0.8g	290kcal 8.9g 8.0g 45.2g 0.6g		
25	木	カラスカレイの野菜あんかけ 厚揚げと白菜の煮びたし ご飯・すまし汁 フルーツ(バナナ)	378kcal 16.4g 9.0g 55.4g 1.0g	284kcal 12.3g 6.8g 41.6g 0.8g		
26	金	ハンバーグ もやしサラダ 鉄分強化！ふりかけご飯 みそ汁	401kcal 14.4g 12.9g 54.0g 1.1g	301kcal 10.8g 9.7g 40.5g 0.8g		
27	土	揚げ高野豆腐の豚野菜あん 金平ごぼう ご飯・みそ汁	448kcal 14.6g 13.0g 66.5g 0.9g	336kcal 11.0g 9.8g 49.9g 0.7g		
28	日	かき玉そうめん 鶏レバーとさつま芋の甘辛揚げ フルーツ(りんご)	352kcal 12.1g 9.6g 54.1g 2.6g	264kcal 9.1g 7.2g 40.6g 1.1g		
29	月	スパニッシュオムレツ 白菜の素干しエビ和え 納豆ごはん・みそ汁	417kcal 18.3g 12.1g 56.5g 1.5g	313kcal 13.7g 9.1g 42.4g 1.1g		
30	火	助孝タラの香草マヨ焼き 高野豆腐の煮物 鉄分強化！ふりかけご飯 すまし汁 フルーツ(りんご)	394kcal 13.8g 12.7g 54.5g 1.0g	296kcal 10.4g 9.5g 40.9g 0.8g		
31	水	おぼけカレーライス ごぼうたまごサラダ フルーツ(バナナ)	469kcal 14.7g 16.4g 63.7g 1.3g	352kcal 11.0g 12.3g 47.8g 1.0g		

※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。
※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。

※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。
※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。



キッズ	昼食	10月	3色食品群				3～5歳 栄養価	たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	1～2歳 栄養価	たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分
			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	おやつ				
1	月	スパニッシュオムレツ 白菜の素干しエビ和え 納豆ごはん・みそ汁	鉄カルウエハース・ご飯・じゃが芋・バター	牛乳・納豆・玉子・ツナ・フレーク缶・素干しエビ・油揚げ	りんごジュース・寒天・玉ねぎ・小松菜・白菜・人参・ワカメ	牛乳 アップルゼリー カルシウムウエハース	乳・小麦・卵・えび ※35	554 kcal たんぱく質 22.7 g 脂質 18.4 g 炭水化物 73.0 g 塩分 1.7 g	416 kcal たんぱく質 17.0 g 脂質 13.8 g 炭水化物 54.8 g 塩分 1.3 g	
2	火	助宗タラの香草マヨ焼き 高野豆腐の煮物 鉄分強化！ふりかけご飯 すまし汁 フルーツ(りんご)	さつま芋・砂糖・バター・ごま・ご飯・油・小麦粉・マヨネーズ・焼ふ	牛乳・スケウタラ・高野豆腐	レーズン・玉ねぎ・パセリ・トマト・大根・人参・長ねぎ・りんご	牛乳 スイートポテト	乳・小麦・小麦 ※18・卵	601 kcal たんぱく質 19.0 g 脂質 19.8 g 炭水化物 85.7 g 塩分 1.2 g	451 kcal たんぱく質 14.3 g 脂質 14.9 g 炭水化物 64.3 g 塩分 0.9 g	
3	水	カレーライス ごぼうたまごサラダ フルーツ(バナナ)	小麦粉・砂糖・油・イチゴジャム・ご飯・じゃが芋・マヨネーズ	牛乳・ヨーグルト・豚肉・玉子	人参・玉ねぎ・ごぼう・きゅうり・バナナ	牛乳 ヨーグルトパン	乳・小麦・なし ※28・卵	692 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 24.1 g 炭水化物 94.5 g 塩分 1.7 g	519 kcal たんぱく質 16.1 g 脂質 18.1 g 炭水化物 70.9 g 塩分 1.3 g	
4	木	ほうとう風うどん ひじきとおからの炒り煮 フルーツ(りんご)	ご飯・ごま油・うどん・油・砂糖	牛乳・豚肉・鶏肉・油揚げ・おから	しめじ・人参・大根・かぼちゃ・万能ねぎ・ひじき・枝豆・りんご	牛乳 中華風炊き込みごはん	乳・小麦・小麦 ※14	582 kcal たんぱく質 21.9 g 脂質 18.3 g 炭水化物 80.0 g 塩分 3.5 g	437 kcal たんぱく質 16.4 g 脂質 13.7 g 炭水化物 60.0 g 塩分 2.6 g	
5	金	鶏のから揚げ スパゲティサラダ さつま芋のコロコロおにぎり フルーツ(オレンジ)	片栗粉・砂糖・塩味せん・べい・ご飯・さつま芋・ごま・小麦粉・油・スパゲティ・マヨネーズ	牛乳・豆乳・きな粉・鶏肉	にんにく・生薬・キャベツ・きゅうり・人参・オレンジ	牛乳 豆乳菓子きなこがけ 塩せんべい	乳・なし ※46・小麦・卵	690 kcal たんぱく質 21.0 g 脂質 25.1 g 炭水化物 92.7 g 塩分 0.8 g	518 kcal たんぱく質 15.8 g 脂質 18.8 g 炭水化物 69.5 g 塩分 0.6 g	
6	土	秋鮭のパン粉焼き かぼちゃの煮物 ご飯・すまし汁 ヨーグルト	小麦粉・片栗粉・ごま油・ご飯・マヨネーズ・パン粉・バター・砂糖	牛乳・エビ・秋鮭・豆腐・玉子・ヨーグルト	玉ねぎ・枝豆・人参・パセリ・トマト・かぼちゃ	牛乳 エビ入りもちもちチヂミ	乳・えび・小麦・卵	603 kcal たんぱく質 24.8 g 脂質 15.5 g 炭水化物 88.1 g 塩分 1.0 g	452 kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 11.6 g 炭水化物 66.1 g 塩分 0.8 g	
7	日	とりささみのごまだれ炒め 白菜とツナの炒め煮 ご飯・みそ汁	ホットケーキミックス・油・砂糖・ご飯・片栗粉・ごま・ごま油・花ふ	牛乳・おから・豆腐・マン・白菜・ブロッコリー・人参・ごぼう	レーズン・玉ねぎ・ピーマン・白菜・ブロッコリー・人参・ごぼう	牛乳 おとうふおからドーナツ	乳・小麦 ※3・卵・小麦	574 kcal たんぱく質 25.1 g 脂質 16.6 g 炭水化物 78.5 g 塩分 1.2 g	431 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 12.5 g 炭水化物 58.9 g 塩分 0.9 g	
8	月	白糸タラの洋風照り焼き 肉じゃが ご飯・すまし汁 フルーツ(りんご)	小麦粉・砂糖・ご飯・油・バター・じゃが芋	牛乳・茹小豆缶・シロイタダ・豚肉・玉子	小松菜・コーン・玉ねぎ・人参・枝豆・長ねぎ・りんご	牛乳 小豆ういろ	乳・小麦・卵	643 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 17.0 g 炭水化物 98.8 g 塩分 1.0 g	482 kcal たんぱく質 16.1 g 脂質 12.8 g 炭水化物 74.1 g 塩分 0.8 g	
9	火	豚肉と豆腐の麻婆風 春雨と白菜のサラダ ご飯・中華スープ フルーツ(みかん・缶)	ホットケーキミックス・ご飯・ごま油・砂糖・片栗粉・春雨	牛乳・鉄強化チーズ・玉子・豚肉・豆腐	生薬・長ねぎ・グリーンピース・白菜・赤ピーマン・玉ねぎ・ワカメ・みかん缶	牛乳 チーズパン	乳・小麦 ※3・卵・小麦	655 kcal たんぱく質 23.3 g 脂質 19.2 g 炭水化物 94.8 g 塩分 1.9 g	491 kcal たんぱく質 17.5 g 脂質 14.4 g 炭水化物 71.1 g 塩分 1.4 g	
10	水	スパゲティナポリタン さつま芋のレーズン煮 みるくスープ	米粉・砂糖・油・スパゲティ・バター・さつま芋・片栗粉	牛乳・豆乳・きな粉・鶏肉	玉ねぎ・人参・パセリ・レーズン・キャベツ・コーン	牛乳 米粉のパンケーキ	乳・なし ※28・小麦	592 kcal たんぱく質 19.7 g 脂質 18.2 g 炭水化物 86.3 g 塩分 1.2 g	444 kcal たんぱく質 14.8 g 脂質 13.7 g 炭水化物 64.7 g 塩分 0.9 g	
11	木	カラスカレイの野菜あんかけ 厚揚げと白菜の煮びたし ご飯・すまし汁 フルーツ(バナナ)	ごま・片栗粉・砂糖・Feすりおろしピーチゼリー・ご飯・ごま油	牛乳・カラスカレイ・厚揚げ・玉子	かぼちゃ・玉ねぎ・小松菜・パプリカ赤・白菜・人参・大根・バナナ	牛乳 かぼちゃもち 鉄強化ピーチゼリー	乳・小麦・卵	564 kcal たんぱく質 21.7 g 脂質 14.3 g 炭水化物 85.7 g 塩分 1.3 g	423 kcal たんぱく質 16.3 g 脂質 10.7 g 炭水化物 64.3 g 塩分 1.0 g	
12	金	ハンバーグ もやしサラダ 鉄分強化！ふりかけご飯 みそ汁	うどん・油・ご飯・パン粉・砂糖	牛乳・豚肉・花かつお・豆腐	キャベツ・人参・玉ねぎ・トマト・ブロッコリー・もやし・ワカメ	牛乳 ミミ焼きうどん(ソース味)	乳・小麦 ※14・なし ※18・小麦	612 kcal たんぱく質 23.2 g 脂質 20.3 g 炭水化物 81.3 g 塩分 2.7 g	459 kcal たんぱく質 17.4 g 脂質 15.2 g 炭水化物 61.0 g 塩分 2.0 g	
13	土	揚げ高野豆腐の豚野菜あん 金平ごぼう ご飯・みそ汁	ご飯・片栗粉・油・砂糖・花ふ	牛乳・油揚げ・素干しエビ・ちりめん干し・高野豆腐・豚肉	枝豆・玉ねぎ・人参・しめじ・グリーンピース・ごぼう・ピーマン・かぼちゃ	牛乳 かみかみ菜飯おにぎり	乳・えび ※35・なし ※15・小麦	681 kcal たんぱく質 24.5 g 脂質 19.4 g 炭水化物 99.0 g 塩分 1.3 g	511 kcal たんぱく質 18.4 g 脂質 14.6 g 炭水化物 74.3 g 塩分 1.0 g	
14	日	かき玉そうめん 鶏レバーとさつま芋の甘辛揚げ フルーツ(りんご)	小麦粉・ごま油・ソース・片栗粉・油・さつま芋・砂糖	牛乳・しらす干し・玉子・鶏レバー	小松菜・人参・あおさ・粉・玉ねぎ・万能ねぎ・りんご	牛乳 小松菜のおやき	乳・なし ※15・小麦・小麦 ※14・卵	525 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 15.6 g 炭水化物 76.1 g 塩分 2.9 g	394 kcal たんぱく質 14.4 g 脂質 11.7 g 炭水化物 57.1 g 塩分 2.2 g	
15	月	スパニッシュオムレツ 白菜の素干しエビ和え 納豆ごはん・みそ汁	鉄カルウエハース・ご飯・じゃが芋・バター	牛乳・納豆・玉子・ツナ・フレーク缶・素干しエビ・油揚げ	りんごジュース・寒天・玉ねぎ・小松菜・白菜・人参・ワカメ	牛乳 アップルゼリー カルシウムウエハース	乳・小麦・卵・えび ※35	554 kcal たんぱく質 22.7 g 脂質 18.4 g 炭水化物 73.0 g 塩分 1.7 g	416 kcal たんぱく質 17.0 g 脂質 13.8 g 炭水化物 54.8 g 塩分 1.3 g	
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kcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	食べ物は良く噛んで食べましょう。良く噛むことで、歯の予防や消化の負担が減り、お腹に良いと言われています。		
1～2歳			585/24.1/16.2/85.5/1.8未満	613	22.1	19.1	86.2			
			485/20.1/13.5/71.0/1.5未満	459	16.6	14.3	64.7			

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	おやつ	アレルギー	3～5歳 栄養価	たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	1～2歳 栄養価	たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分
16	火	助宗タラの香草マヨ焼き 高野豆腐の煮物 鉄分強化！ふりかけご飯 すまし汁 フルーツ(りんご)	さつま芋・砂糖・バター・ごま・ご飯・油・小麦粉・マヨネーズ・焼ふ	牛乳・スケウタラ・高野豆腐	レーズン・玉ねぎ・パセリ・トマト・大根・人参・長ねぎ・りんご	牛乳 スイートポテト	乳・小麦・小麦 ※18・卵	601 kcal たんぱく質 19.0 g 脂質 19.8 g 炭水化物 85.7 g 塩分 1.2 g	451 kcal たんぱく質 14.3 g 脂質 14.9 g 炭水化物 64.3 g 塩分 0.9 g		
17	水	カレーライス ごぼうたまごサラダ フルーツ(バナナ)	小麦粉・砂糖・油・イチゴジャム・ご飯・じゃが芋・マヨネーズ	牛乳・ヨーグルト・豚肉・玉子	人参・玉ねぎ・ごぼう・きゅうり・バナナ	牛乳 ヨーグルトパン	乳・小麦・なし ※28・卵	692 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 24.1 g 炭水化物 94.5 g 塩分 1.7 g	519 kcal たんぱく質 16.1 g 脂質 18.1 g 炭水化物 70.9 g 塩分 1.3 g		
18	木	ほうとう風うどん ひじきとおからの炒り煮 フルーツ(りんご)	ご飯・ごま油・うどん・油・砂糖	牛乳・豚肉・鶏肉・油揚げ・おから	しめじ・人参・大根・かぼちゃ・万能ねぎ・ひじき・枝豆・りんご	牛乳 中華風炊き込みごはん	乳・小麦・小麦 ※14	582 kcal たんぱく質 21.9 g 脂質 18.3 g 炭水化物 80.0 g 塩分 3.5 g	437 kcal たんぱく質 16.4 g 脂質 13.7 g 炭水化物 60.0 g 塩分 2.6 g		
19	金	鶏のから揚げ スパゲティサラダ ヒーローライス フルーツ(オレンジ)	片栗粉・砂糖・塩味せん・べい・ご飯・さつま芋・ごま・小麦粉・油・スパゲティ・マヨネーズ	牛乳・豆乳・きな粉・鶏肉・ハム・竹輪・鶏肉	玉ねぎ・レーズン・にんにく・生薬・キャベツ・きゅうり・人参・オレンジ	牛乳 豆乳菓子きなこがけ 塩せんべい	乳・なし ※46・小麦・卵・小麦 ※32	716 kcal たんぱく質 23.7 g 脂質 27.1 g 炭水化物 91.8 g 塩分 1.8 g	537 kcal たんぱく質 17.8 g 脂質 20.3 g 炭水化物 68.9 g 塩分 1.4 g		
20	土	秋鮭のパン粉焼き かぼちゃの煮物 ご飯・すまし汁 ヨーグルト	小麦粉・片栗粉・ごま油・ご飯・マヨネーズ・パン粉・バター・砂糖	牛乳・エビ・秋鮭・豆腐・玉子・ヨーグルト	玉ねぎ・枝豆・人参・パセリ・トマト・かぼちゃ	牛乳 エビ入りもちもちチヂミ	乳・えび・小麦・卵	603 kcal たんぱく質 24.8 g 脂質 15.5 g 炭水化物 88.1 g 塩分 1.0 g	452 kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 11.6 g 炭水化物 66.1 g 塩分 0.8 g		
21	日	とりささみのごまだれ炒め 白菜とツナの炒め煮 ご飯・みそ汁	ホットケーキミックス・油・砂糖・ご飯・片栗粉・ごま・ごま油・花ふ	牛乳・おから・豆腐・玉子・鶏肉・ツナ・フレーク缶	レーズン・玉ねぎ・ピーマン・白菜・ブロッコリー・人参・ごぼう	牛乳 おとうふおからドーナツ	乳・小麦 ※3・卵・小麦	574 kcal たんぱく質 25.1 g 脂質 16.6 g 炭水化物 78.5 g 塩分 1.2 g	431 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 12.5 g 炭水化物 58.9 g 塩分 0.9 g		
22	月	白糸タラの洋風照り焼き 肉じゃが ご飯・すまし汁 フルーツ(りんご)	小麦粉・砂糖・ご飯・油・バター・じゃが芋	牛乳・茹小豆缶・シロイタダ・豚肉・玉子	小松菜・コーン・玉ねぎ・人参・枝豆・長ねぎ・りんご	牛乳 小豆ういろ	乳・小麦・卵	643 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 17.0 g 炭水化物 98.8 g 塩分 1.0 g	482 kcal たんぱく質 16.1 g 脂質 12.8 g 炭水化物 74.1 g 塩分 0.8 g		
23	火	麻婆豆腐 春雨と白菜のサラダ ご飯・中華スープ フルーツ(オレンジ)	ホットケーキミックス・春用と白菜のサラダ ご飯・中華スープ フルーツ(オレンジ)	牛乳・鉄強化チーズ・玉子・豚肉・豆腐	生薬・長ねぎ・グリーンピース・白菜・パプリカ赤・玉ねぎ・ワカメ・オレンジ	牛乳 チーズパン	乳・小麦 ※3・卵・小麦	647 kcal たんぱく質 23.2 g 脂質 19.7 g 炭水化物 91.8 g 塩分 1.9 g	485 kcal たんぱく質 17.4 g 脂質 14.8 g 炭水化物 68.9 g 塩分 1.4 g		
24	水	スパゲティナポリタン さつま芋のレーズン煮 みるくスープ	食パン・油・砂糖・スパゲティ・バター・さつま芋・片栗粉	牛乳・きな粉・鶏肉	オレンジ・玉ねぎ・人参・パセリ・レーズン・キャベツ・コーン	牛乳 揚げパンきなこ フルーツ(オレンジ)	乳・お間合せ下さい・小麦	612 kcal たんぱく質 19.9 g 脂質 22.4 g 炭水化物 82.9 g 塩分 1.2 g	459 kcal たんぱく質 14.9 g 脂質 16.8 g 炭水化物 62.2 g 塩分 0.9 g		
25	木	カラスカレイの野菜あんかけ 厚揚げと白菜の煮びたし ご飯・すまし汁 フルーツ(バナナ)	ごま・片栗粉・砂糖・Feすりおろしピーチゼリー・ご飯・ごま油	牛乳・カラスカレイ・厚揚げ・玉子	かぼちゃ・玉ねぎ・小松菜・パプリカ赤・白菜・人参・大根・バナナ	牛乳 かぼちゃもち 鉄強化ピーチゼリー	乳・小麦・卵	562 kcal たんぱく質 21.6 g 脂質 14.3 g 炭水化物 85.1 g 塩分 1.3 g	422 kcal たんぱく質 16.2 g 脂質 10.7 g 炭水化物 63.8 g 塩分 1.0 g		
26	金	ハンバーグ もやしサラダ 鉄分強化！ふりかけご飯 みそ汁	うどん・油・ご飯・パン粉・砂糖	牛乳・豚肉・花かつお・豆腐	キャベツ・人参・玉ねぎ・トマト・ブロッコリー・もやし・ワカメ	牛乳 ミミ焼きうどん(ソース味)	乳・小麦 ※14・なし ※18・小麦	612 kcal たんぱく質 23.2 g 脂質 20.3 g 炭水化物 81.3 g 塩分 2.7 g	459 kcal たんぱく質 17.4 g 脂質 15.2 g 炭水化物 61.0 g 塩分 2.0 g		
27	土	揚げ高野豆腐の豚野菜あん 金平ごぼう ご飯・みそ汁	ご飯・片栗粉・油・砂糖・花ふ	牛乳・油揚げ・素干しエビ・ちりめん干し・高野豆腐・豚肉	枝豆・玉ねぎ・人参・しめじ・グリーンピース・ごぼう・ピーマン・かぼちゃ	牛乳 かみかみ菜飯おにぎり	乳・えび ※35・なし ※15・小麦	681 kcal たんぱく質 24.5 g 脂質 19.4 g 炭水化物 99.0 g 塩分 1.3 g	511 kcal たんぱく質 18.4 g 脂質 14.6 g 炭水化物 74.3 g 塩分 1.0 g		
28	日	かき玉そうめん 鶏レバーとさつま芋の甘辛揚げ フルーツ(りんご)	小麦粉・ごま油・ソース・片栗粉・油・さつま芋・砂糖	牛乳・しらす干し・玉子・鶏レバー	小松菜・人参・あおさ・粉・玉ねぎ・万能ねぎ・りんご	牛乳 小松菜のおやき	乳・なし ※15・小麦・小麦 ※14・卵	525 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 15.6 g 炭水化物 76.1 g 塩分 2.9 g	394 kcal たんぱく質 14.4 g 脂質 11.7 g 炭水化物 57.1 g 塩分 2.2 g		
29	月	スパニッシュオムレツ 白菜の素干しエビ和え 納豆ごはん・みそ汁	鉄カルウエハース・ご飯・じゃが芋・バター	牛乳・納豆・玉子・ツナ・フレーク缶・素干しエビ・油揚げ	りんごジュース・寒天・玉ねぎ・小松菜・白菜・人参・ワカメ	牛乳 アップルゼリー カルシウムウエハース	乳・小麦・卵・えび ※35	554 kcal たんぱく質 22.7 g 脂質 18.4 g 炭水化物 73.0 g 塩分 1.7 g	416 kcal たんぱく質 17.0 g 脂質 13.8 g 炭水化物 54.8 g 塩分 1.3 g		
30	火	助宗タラの香草マヨ焼き 高野豆腐の煮物 鉄分強化！ふりかけご飯 すまし汁 フルーツ(りんご)	さつま芋・砂糖・バター・ごま・ご飯・油・小麦粉・マヨネーズ・焼ふ	牛乳・スケウタラ・高野豆腐	レーズン・玉ねぎ・パセリ・トマト・大根・人参・長ねぎ・りんご	牛乳 スイートポテト	乳・小麦・小麦 ※18・卵	601 kcal たんぱく質 19.0 g 脂質 19.8 g 炭水化物 85.7 g 塩分 1.2 g	451 kcal たんぱく質 14.3 g 脂質 14.9 g 炭水化物 64.3 g 塩分 0.9 g		
31	水	おばけカレーライス ごぼうたまごサラダ フルーツ(バナナ)	ホットケーキミックス・ごぼう・じゃが芋・油・砂糖・マヨネーズ	牛乳・豆乳・豚肉・玉子	かぼちゃ・人参・玉ねぎ・グリーンピース・ごぼう・きゅうり・バナナ	牛乳 ハロウィン蒸しパン	乳・小麦 ※3・小麦・卵	664 kcal たんぱく質 22.0 g 脂質 22.2 g 炭水化物 92.5 g 塩分 1.8 g	498 kcal たんぱく質 16.5 g 脂質 16.7 g 炭水化物 69.4 g 塩分 1.4 g		

※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、記載していません。
※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。
※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。
※15 本製品に使用している原料魚は、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。
※28 小麦を使用した設備で製造しています。
※32 本商品製造工場では、小麦、乳、卵、えびを含む製品を製造しています。
※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。
※46 本商品製造工場では、小麦、乳、卵、えび、落花生を含む製品を製造しています。



キコちゃんにお祭り
来しそうですねー！



キッズ		夕食	10月	3色食品群			アレルギー (乳・卵・小麦・落花生・そば・りんご)	3～5歳 栄養価	1～2歳 栄養価	たんばく質 脂質 炭水化物 塩分	たんばく質 脂質 炭水化物 塩分	
				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						
1	月	黄金カレイの揚げ煮 くるくるマカロニサラダ ご飯・みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・片栗粉・油・砂糖・ツイストマカロニ・マヨネーズ	カレー・豆腐	かぶ・人参・きゅうり・コーン・ほうれん草・オレンジ	小麦・卵	381 13.9 8.1 61.5 1.2	kcal g g g g	286 10.4 6.1 46.1 0.9	kcal g g g g		
2	火	豚肉ときのこの和風スパゲティ キャベツとツナのサラダ みるくスープ	スパゲッティ・バター・油・砂糖・片栗粉	豚肉・ツナフレーク缶・牛乳	玉ねぎ・しめじ・パプリカ赤・万能ねぎ・キャベツ・人参・かぼちゃ・グリーンピース	小麦・乳	342 13.5 12.3 44.4 1.1	kcal g g g g	257 10.1 9.2 33.3 0.8	kcal g g g g		
3	水	豆腐の肉味噌あんかけ もやしとほうれん草のごま和え じゃこと人参のご飯 すまし汁	ご飯・油・小麦粉・砂糖・片栗粉・ごま	ちりめん干し・豆腐・鶏肉	人参・玉ねぎ・インゲン・もやし・ほうれん草・コーン・白菜・長ねぎ	なし ※15・小麦	437 17.5 13.9 58.5 1.2	kcal g g g g	328 13.1 10.4 43.9 0.9	kcal g g g g		
4	木	白糸タラのミニエル 彩り三色ソテー ご飯・みそ汁 ヨーグルト	ご飯・小麦粉・油・バター・じゃが芋・花ふ・砂糖	シロイトタラ・玉子・ヨーグルト	あおさ粉・チンゲン菜・パプリカ赤・玉ねぎ	小麦・乳・卵	368 14.6 7.9 57.1 1.2	kcal g g g g	276 11.0 5.9 42.8 0.9	kcal g g g g		
5	金	豚肉とごぼうの玉子とじ煮 白菜のおかゆ和え 鉄分強化！ふりかけご飯 みそ汁	ご飯	豚肉・玉子・花かつお・油揚げ	ごぼう・長ねぎ・インゲン・白菜・人参・大根	なし ※18・卵・小麦	363 15.3 9.3 51.4 1.3	kcal g g g g	272 11.5 7.0 38.6 1.0	kcal g g g g		
6	土	大豆とれんこんの甘辛揚げ 青菜とコーンのチャーハン風 中華スープ フルーツ(りんご)	ご飯・ごま油・片栗粉・油・砂糖	豚肉・大豆	小松菜・コーン・れんこん・人参・あおさ粉・玉ねぎ・ワカメ・りんご	小麦	392 11.4 11.5 59.4 0.9	kcal g g g g	294 8.6 8.6 44.6 0.7	kcal g g g g		
7	日	黄金カレイの甘酢あん 鶏レバーのオイスター炒め ご飯・みそ汁 フルーツ(パイナップル)	ご飯・片栗粉・油・砂糖・ごま油・さつま芋	カレー・鶏レバー	長ねぎ・グリーンピース・キャベツ・人参・大根・パイナップル缶	小麦	407 14.6 7.6 67.2 1.3	kcal g g g g	305 11.0 5.7 50.4 1.0	kcal g g g g		
8	月	鶏肉の生姜焼き ひじきの煮物 納豆ごはん・みそ汁	ご飯・油・ごま油・砂糖	納豆・鶏肉・油揚げ	玉ねぎ・生姜・キャベツ・ひじき・人参・キヌサヤ・かぼちゃ	小麦	436 17.1 14.8 56.9 1.1	kcal g g g g	327 12.8 11.1 42.7 0.8	kcal g g g g		
9	火	助宗タラのマヨ焼き おふのふわふわ煮 鉄分強化！ふりかけご飯 スープ フルーツ(黄桃缶)	ご飯・マヨネーズ・油・バター・焼ふ・砂糖	スケソウタラ・玉子	小松菜・玉ねぎ・人参・カリフラワー・インゲン・黄桃缶	小麦 ※18・卵・小麦・乳	349 13.8 8.0 53.7 1.1	kcal g g g g	262 10.4 6.0 40.3 0.8	kcal g g g g		
10	水	そぼろ丼 大根のごま和え みそ汁 フルーツ(りんご)	ご飯・油・砂糖・ごま	豚肉・玉子・豆腐	ほうれん草・大根・人参・万能ねぎ・りんご	卵・小麦	386 14.4 12.3 52.3 1.2	kcal g g g g	290 10.8 9.2 39.2 0.9	kcal g g g g		
11	木	ボークビーンズ ワカメサラダ ご飯・スープ	ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・油	豚肉・大豆	玉ねぎ・カットマト・パプリカ・グリーンピース・ワカメ・きゅうり・コーン・ごぼう・えのき茸	乳・小麦	387 13.6 10.4 57.9 0.8	kcal g g g g	290 10.2 7.8 43.4 0.6	kcal g g g g		
12	金	あおさ入り厚焼き玉子 さつま芋と小松菜の炒り煮 ご飯・みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・油・砂糖・さつま芋・ごま・焼ふ	玉子	玉ねぎ・あおさ粉・人参・小松菜・なめこ・オレンジ	卵・小麦	397 11.7 10.6 62.5 1.1	kcal g g g g	298 8.8 8.0 46.9 0.8	kcal g g g g		
13	土	鶏ささみの甘酢炒め 切干大根のサラダ ご飯・中華スープ	ご飯・片栗粉・ごま油・砂糖・マヨネーズ	鶏肉・ツナフレーク缶	玉ねぎ・ブロッコリー・パプリカ赤・切干大根・きゅうり・人参・キャベツ・コーン	小麦・卵	361 15.7 6.6 56.8 0.9	kcal g g g g	271 11.8 5.0 42.6 0.7	kcal g g g g		
14	日	秋鮭の甘辛だれ 鶏肉とかぼちゃの煮物 ひじきと枝豆のご飯 みそ汁 ヨーグルト	ご飯・砂糖・小麦粉・油・ごま	秋鮭・鶏肉・ヨーグルト	ひじき・枝豆・白菜・人参・かぼちゃ・長ねぎ・ワカメ	小麦・乳	448 18.9 11.9 64.6 1.3	kcal g g g g	336 14.2 8.9 48.5 1.0	kcal g g g g		
15	月	黄金カレイの揚げ煮 くるくるマカロニサラダ ご飯・みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・片栗粉・油・砂糖・ツイストマカロニ・マヨネーズ	カレー・豆腐	かぶ・人参・きゅうり・コーン・ほうれん草・オレンジ	小麦・卵	381 13.9 8.1 61.5 1.2	kcal g g g g	286 10.4 6.1 46.1 0.9	kcal g g g g		
年齢		給与栄養目標量			当月平均給与栄養量			エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g
3～5歳		390/16.1/10.8/57.0/1.2未満						389	14.7	10.5	57.2	1.1
1～2歳		285/11.8/7.9/41.7/0.9未満						292	11.0	7.9	42.9	0.8
食べ物は良く噛んで食べましょう。良く噛むことで、歯が丈夫になり、食の楽しさを感じやすくなります。												

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。

キッズ	夕食	3色食品群	アレルギー (乳・卵・小麦・落花生・そば・りんご)	3～5歳 栄養価	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	1～2歳 栄養価	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分
16	火	豚肉ときのこの和風スパゲティ キャベツとツナのサラダ みるくスープ	スパゲッティ・バター・油・砂糖・片栗粉	豚肉・ツナフレーク缶・牛乳	玉ねぎ・しめじ・パプリカ赤・万能ねぎ・キャベツ・人参・かぼちゃ・グリーンピース	小麦・乳	342kcal 13.5g 12.3g 44.4g 1.1g
17	水	豆腐の肉味噌あんかけ もやしとほうれん草のごま和え じゃこと人参のご飯 すまし汁	ご飯・油・小麦粉・砂糖・片栗粉・ごま	ちりめん干し・豆腐・鶏肉	人参・玉ねぎ・インゲン・もやし・ほうれん草・コーン・白菜・長ねぎ	なし ※15・小麦	437kcal 17.5g 13.9g 58.5g 1.2g
18	木	白糸タラのミニエル 彩り三色ソテー ご飯・みそ汁 ヨーグルト	ご飯・小麦粉・油・バター・じゃが芋・花ふ・砂糖	シロイトタラ・玉子・ヨーグルト	あおさ粉・チンゲン菜・パプリカ赤・玉ねぎ	小麦・乳・卵	368kcal 14.6g 7.9g 57.1g 1.2g
19	金	豚肉とごぼうの玉子とじ煮 白菜のおかゆ和え 鉄分強化！ふりかけご飯 みそ汁	ご飯	豚肉・玉子・花かつお・油揚げ	ごぼう・長ねぎ・インゲン・白菜・人参・大根	なし ※18・卵・小麦	363kcal 15.3g 9.3g 51.4g 1.3g
20	土	大豆とれんこんの甘辛揚げ 青菜とコーンのチャーハン風 中華スープ フルーツ(りんご)	ご飯・ごま油・片栗粉・油・砂糖	豚肉・大豆	小松菜・コーン・れんこん・人参・あおさ粉・玉ねぎ・ワカメ・りんご	小麦	392kcal 11.4g 11.5g 59.4g 0.9g
21	日	黄金カレイの甘酢あん 鶏レバーのオイスター炒め ご飯・みそ汁 フルーツ(パイナップル)	ご飯・片栗粉・油・砂糖・ごま油・さつま芋	カレー・鶏レバー	長ねぎ・グリーンピース・キャベツ・人参・大根・パイナップル缶	小麦	407kcal 14.6g 7.6g 67.2g 1.3g
22	月	鶏肉の生姜焼き ひじきの煮物 納豆ごはん・みそ汁	ご飯・油・ごま油・砂糖	納豆・鶏肉・油揚げ	玉ねぎ・生姜・キャベツ・ひじき・人参・キヌサヤ・かぼちゃ	小麦	436kcal 17.1g 14.8g 56.9g 1.1g
23	火	助宗タラのマヨ焼き おふのふわふわ煮 鉄分強化！ふりかけご飯 スープ フルーツ(黄桃缶)	ご飯・マヨネーズ・油・バター・焼ふ・砂糖	スケソウタラ・玉子	小松菜・玉ねぎ・人参・大根・水菜・黄桃缶	小麦 ※18・卵・小麦・乳	348kcal 13.4g 8.0g 53.4g 1.1g
24	水	そぼろ丼 大根のごま和え みそ汁 フルーツ(りんご)	ご飯・油・砂糖・ごま	豚肉・玉子・豆腐	ほうれん草・大根・人参・万能ねぎ・りんご	卵・小麦	386kcal 14.4g 12.3g 52.3g 1.2g
25	木	ボークビーンズ ワカメサラダ ご飯・スープ	ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・油	豚肉・大豆	玉ねぎ・カットマト・パプリカ・グリーンピース・ワカメ・きゅうり・コーン・ごぼう・えのき茸	乳・小麦	387kcal 13.6g 10.4g 57.9g 0.8g
26	金	あおさ入り厚焼き玉子 さつま芋と小松菜の炒り煮 ご飯・みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・油・砂糖・さつま芋・ごま・焼ふ	玉子	玉ねぎ・あおさ粉・人参・小松菜・なめこ・オレンジ	卵・小麦	397kcal 11.7g 10.6g 62.5g 1.1g
27	土	鶏ささみの甘酢炒め 切干大根のサラダ ご飯・中華スープ	ご飯・片栗粉・ごま油・砂糖・マヨネーズ	鶏肉・ツナフレーク缶	玉ねぎ・ブロッコリー・パプリカ赤・切干大根・きゅうり・人参・キャベツ・コーン	小麦・卵	361kcal 15.7g 6.6g 56.8g 0.9g
28	日	秋鮭の甘辛だれ 鶏肉とかぼちゃの煮物 ひじきと枝豆のご飯 みそ汁 ヨーグルト	ご飯・砂糖・小麦粉・油・ごま	秋鮭・鶏肉・ヨーグルト	ひじき・枝豆・白菜・人参・かぼちゃ・長ねぎ・ワカメ	小麦・乳	448kcal 18.9g 11.9g 64.6g 1.3g
29	月	黄金カレイの揚げ煮 くるくるマカロニサラダ ご飯・みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・片栗粉・油・砂糖・ツイストマカロニ・マヨネーズ	カレー・豆腐	かぶ・人参・きゅうり・コーン・ほうれん草・オレンジ	小麦・卵	381kcal 13.9g 8.1g 61.5g 1.2g
30	火	豚肉ときのこの和風スパゲティ キャベツとツナのサラダ みるくスープ	スパゲッティ・バター・油・砂糖・片栗粉	豚肉・ツナフレーク缶・牛乳	玉ねぎ・しめじ・パプリカ赤・万能ねぎ・キャベツ・人参・かぼちゃ・グリーンピース	小麦・乳	342kcal 13.5g 12.3g 44.4g 1.1g
31	水	豆腐の肉味噌あんかけ もやしとほうれん草のごま和え じゃこと人参のご飯 すまし汁	ご飯・油・小麦粉・砂糖・片栗粉・ごま	ちりめん干し・豆腐・鶏肉	人参・玉ねぎ・インゲン・もやし・ほうれん草・コーン・白菜・長ねぎ	なし ※15・小麦	437kcal 17.5g 13.9g 58.5g 1.2g

※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。
 ※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。
 ※15 本製品に使用している原料魚は、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・かにに生息域で採取しています。



