2025年度　南行徳せいわ保育園
9月 給食だより

まだまだ暑い日が続きますが、朝晩は空気が涼しくなり、だんだんと秋の訪れを感じるようになりました。
朝晩の気温差が大きくなり、夏の疲れも出やすい時期です。
バランスの良い食事を心がけ、お出かけしやすいこの時期を楽しく過ごせるよう、体調管理に気をつけましょう☆☆

防災意識を高めましょう

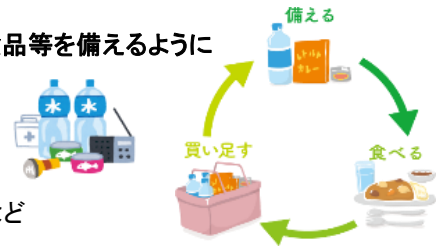
9月1日は防災の日です。

防災の日とは・・・

政府や地方公共団体など関係諸機関をはじめ多くの国民が、台風・豪雨・豪雪・洪水・高潮・地震・津波等の災害についての認識を深めること、災害への備えを充実強化することによって、被害を未然に防止・軽減することを目的として制定された防災啓発デーです。

☆食料・飲料などの備蓄、十分ですか？☆

防災のために特別なものを用意するのではなく、できるだけ、普段の生活の中で利用されている食品等を備えるようにしましょう。



食料・飲料・生活必需品などの備蓄の例（人数分用意しましょう）

・飲料水　3日分（1人1日3リットルが目安）
・非常食　3日分の食料として、ご飯（アルファ米など）、ビスケット、板チョコ、乾パンなど
・トイレットペーパー、ティッシュペーパー、携帯トイレ・簡易トイレ、マッチ、ろうそく・カセットコンロ　など
※ 大規模災害発生時には、**「1週間分」**の備蓄が望ましいとされています。
※ 飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要です。日頃から、水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水をいつも張っておく、などの備えをしておきましょう。
※アレルギーを持つ場合は、対象アレルゲンが除去された日持ちする食料の備蓄及びローリングストックを行いましょう。

☆家具の置き方を工夫しましょう☆

〇家具が転倒しないよう、家具は壁に固定しましょう。
〇寝室や子ども部屋には、できるだけ家具を置かないようにしましょう。置く場合も、なるべく背の低い家具にするとともに、倒れた時に出入り口をふさがないよう、家具の向きや配置を工夫しましょう。
〇手の届くところに、懐中電灯やスリッパ、ホイッスルを備えておきましょう。

☆乳幼児のための非常用持ち出し袋☆

乳幼児がいる家庭では、次のようなものが非常時には必ず必要となります。**最低3日分**は用意しておきましょう！

〇紙おむつ　　〇体温計
〇常備薬　　〇おやつ
〇履き替えの靴　　〇赤ちゃんがいるならミルクと哺乳瓶など
〇毛布
〇着替え

その他、かさばらない玩具や折り紙など、子どもが好きな遊び道具を入れておくと、避難所で役に立ちます♪

参考：「防災の日」及び「防災週間」について：防災情報のページ - 内閣府
　　災害が起きる前にできること：防災の手引き-いのちとくらしをまもるために- 首相官邸

季節の果物：リンゴについて

今年もリンゴが献立に入る季節となりました♫

リンゴは1歳半頃までの完了期までは加熱が必要とされている食材です。誤嚥のリスクを下げるためにも**加熱**をきちんと行うことが大切です。
ご家庭で召し上がる際も、下記の点に気を付けましょう。

①1歳半頃までのお子様には必ず加熱をする。
②1歳半以降も、お子様の成長に合わせて加熱の有無・切り方等、調理方法を工夫する。
③お子様がきちんと飲み込めているか、観察する。

リンゴを「完了期までは加熱して提供する」ことについては
令和6年度「**教育・保育施設等における食事中の誤嚥事故防止対策に関する調査研究**」を基にしております。

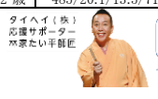
給食室より

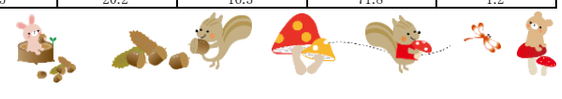
今年の野菜の栽培は大豊作で、たくさんの茄子とピーマンを収穫することができました！
収穫したものを給食で調理して提供すると、さくら組さんはもちろんちゅうりっぷ組さんも、嬉しそうに食べてくれました😊

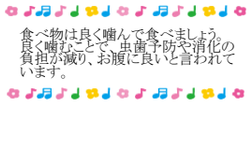
9月

リトルキッズ	昼食		3色食品群 熱や力になるもの	3色食品群 血や肉や骨になるもの	3色食品群 体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1～2歳児のみ) 午後おやつ	1～2歳児 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分		1～2歳児 アレルギー(乳成分・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・くるみ)	3～5歳児 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分		3～5歳児 アレルギー(乳成分・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・くるみ)
1月	防災食	おかゆ ポケモンカレー ハンバーグ 鉄分強化チーズ	おかゆ・クラッカー	牛乳・煮込みハンバーグ・鉄分強化チーズ	パイン缶	ポケモンプチパックカレー	牛乳 麦茶 クラッカー フルーツ(パイン缶)	288 10.4 12.5 33.9 1.8	kcal g g g g	乳成分・小麦	303 9.8 11.0 41.5 2.0	kcal g g g g	乳成分・小麦
2	火	鶏肉の和豆乳ソースかけスパゲティ なすと人参のさっぱり炒め スープ(キャベツ・ごぼう)	ごま油・ご飯・スパゲッティ・砂糖・小麦粉・油	花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・豚肉・味噌・冷蔵ベビーチーズ Ca+Fe	キャベツ・コーン・ごぼう・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 牛乳 黒ぜ込みそぼろチーズごはん	510 24.0 20.5 63.5 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	630 29.7 25.0 79.0 2.0	kcal g g g g	乳成分・小麦
3	水	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの蒲焼風 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁(なす・ワカメ) フルーツ(バナナ)	ご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	スケソウタラ・牛乳・鶏肉・豆乳・粉豆腐・味噌	トマト・なす・バナナ・ワカメ・人参・白菜	ふりかけ・ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 牛乳 粉豆腐のドーナツ	468 20.9 15.3 64.9 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦	572 25.7 18.1 80.5 1.8	kcal g g g g	乳成分・小麦
4	木	ご飯 鶏肉のから揚げ チンゲン菜と人参の和え物 みそ汁(花ふ・油揚げ)	ご飯・じゃが芋・バター・パン粉・マカロニ・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・油揚げ	チンゲン菜・パセリ・玉ねぎ・人参・水菜・生姜	ケチャップ・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 牛乳 マカロニツナポテト焼き	530 21.5 22.2 64.6 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	660 26.6 27.4 81.0 1.5	kcal g g g g	乳成分・小麦
5	金 イベント献立	●さつま芋の黒ごまおにぎり 豚肉ときのこのみそ炒め キャベツのコーンサラダ フルーツ(りんご)	ごま・ご飯・さつま芋・砂糖・小麦粉・米粉・油	きな粉・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	えのき茸・キャベツ・コーン・りんご・玉ねぎ・人参・舞茸	ベーキングパウダー・酒・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 牛乳 きなこスティック	539 18.4 18.9 79.9 1.0	kcal g g g g	乳成分・小麦	668 22.3 23.0 100.6 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦
6	土	ご飯 白糸タラの和風ムニエル 大根と鶏ささみのとろみ煮 みそ汁(玉ねぎ・ワカメ) ヨーグルト	ごま油・ご飯・バター・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイトタラ・ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	グリンピース・ワカメ・玉ねぎ・人参・大根	ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 牛乳 肉まん風	488 24.8 14.4 69.1 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦	601 30.9 16.7 86.5 1.8	kcal g g g g	乳成分・小麦
7	日	ご飯 豆腐と豚肉の中華煮 トマトと玉ねぎのおかか和え みそ汁(かぼちゃ・長ねぎ)	イチゴジャム・ごま油・ご飯・砂糖・油	花かつお・牛乳・豆乳・豆腐・豚肉・味噌	かぼちゃ・トマト・みかん缶・寒天・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 牛乳 ジャムかりフルーツ豆乳寒天	433 18.2 14.6 61.4 0.8	kcal g g g g	乳成分・小麦	532 22.0 17.1 77.4 0.9	kcal g g g g	乳成分・小麦
8	月	肉みそ和えうどん チンゲン菜の信田煮 すまし汁(じゃが芋・ごぼう)	うどん・ご飯・じゃが芋・マヨドレ・砂糖・片栗粉・油	しらす干し・牛乳・豚肉・味噌・油揚げ	インゲン・ごぼう・ズッキーニ・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 牛乳 しらす入りふりかけおにぎり スティック野菜	463 19.0 16.4 63.0 1.5	kcal g g g g	乳成分・小麦	572 23.2 19.6 79.5 1.9	kcal g g g g	乳成分・小麦
9	火	鶏ささみの甘辛丼 切干大根ときゅうりのサラダ みそ汁(花ふ・万能ねぎ)	ご飯・花ふ・砂糖・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・味噌	かぼちゃ・きゅうり・グリンピース・パプリカ赤・りんごジュース・レーズン・寒天・玉ねぎ・人参・切干大根・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 牛乳 かぼちゃ茶巾 アップルゼリー	424 17.3 8.6 74.8 0.8	kcal g g g g	乳成分・小麦	520 20.9 9.0 95.4 0.9	kcal g g g g	乳成分・小麦
10	水	ご飯 鮭の磯風味パン粉焼き 肉じゃが みそ汁(玉ねぎ・油揚げ) フルーツ(バナナ)	ご飯・じゃが芋・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鮭・豚肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・キャベツ・パイナップル缶・バナナ・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 牛乳 人参のおやき フルーツ(パイン缶)	492 21.8 16.0 69.9 0.9	kcal g g g g	乳成分・小麦	606 26.9 18.8 87.8 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦
11	木	ご飯 鶏肉と野菜の中華炒め マカロニサラダ スープ(白菜・ごぼう)	ご飯・ごま油・マカロミックス・砂糖・小麦粉・油	きな粉・牛乳・鶏肉・豆乳	オクラ・コーン・ごぼう・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・白菜	ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 牛乳 きな粉蒸しパン	479 18.6 15.0 72.4 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	589 22.4 17.6 91.0 1.5	kcal g g g g	乳成分・小麦
12	金	納豆ごはん さつま芋コロッケ 小松菜と人参のごま和え 豚汁(豚肉・豆腐・インゲン)	ごま・ご飯・ごま油・ご飯・さつま芋・ソーメン・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆腐・豚肉・納豆・味噌	インゲン・トマト・ピーマン・玉ねぎ・小松菜・人参	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 牛乳 野菜そうめんチャンプルー	619 24.3 23.0 85.1 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	779 30.2 28.5 108.1 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦
13	土	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイのおろしソース かぼちゃと鶏肉のバター醤油炒め みそ汁(なす・長ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・バター・砂糖・片栗粉・油	カラスカレイ・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・茹小豆缶	オレンジ・かぼちゃ・なす・パセリ・黄桃缶・寒天・人参・大根・長ねぎ	ふりかけ・みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 牛乳 豆乳桃と小豆の二色寒天	458 16.7 14.3 71.1 0.9	kcal g g g g	乳成分・小麦	559 20.0 16.7 88.8 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦
14	日	ご飯 豆腐と野菜のツナ煮 鶏レバーのかりん焼き みそ汁(焼ふ・ワカメ)	ご飯・りんごジャム・砂糖・小麦粉・焼ふ・片栗粉・油	おから・ツナフレーク缶・牛乳・鶏レバー・豆乳・豆腐・味噌	ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人参	ウスターソース・ケチャップ・ベーキングパウダー・みりん風調味料・出し汁・醤油・水	牛乳 牛乳 おからホットケーキ	472 21.5 14.5 69.4 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	582 26.6 17.0 87.5 2.0	kcal g g g g	乳成分・小麦
15	月	鶏肉の和豆乳ソースかけスパゲティ なすと人参のさっぱり炒め スープ(キャベツ・ごぼう)	ご飯・ごま油・ご飯・スパゲッティ・砂糖・小麦粉・油	花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・豚肉・味噌・冷蔵ベビーチーズ Ca+Fe	キャベツ・コーン・ごぼう・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 牛乳 黒ぜ込みそぼろチーズごはん	511 23.9 20.4 63.9 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	630 29.7 25.0 79.0 2.0	kcal g g g g	乳成分・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	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	585/24.1/16.2/85.5/1.6未満	612	24.8	19.4	90.5	1.5
1～2 歳	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	495	20.2	16.3	71.8	1.2







リトルキッズ	昼食		3色食品群 熱や力になるもの	3色食品群 血や肉や骨になるもの	3色食品群 体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1～2歳児のみ) 午後おやつ	1～2歳児 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分		1～2歳児 アレルギー(乳成分・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・くるみ)	3～5歳児 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分		3～5歳児 アレルギー(乳成分・卵・小麦・落花生・そば・えび・かに・くるみ)
16	火	カレーライス 大根のツナサラダ スープ(小松菜・ぶなしめじ) フルーツ(みかん缶)	ご飯・ごま油・さつま芋・じゃが芋・バター・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・豚肉・茹小豆缶	ぶなしめじ・みかん缶・寒天・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 牛乳 さつま芋の黄金焼きようかん	549 17.8 15.7 89.9 1.3	kcal g g g g	乳成分・小麦	683 21.5 18.5 114.6 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦
17	水	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの蒲焼風 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁(なす・ワカメ) フルーツ(りんご)	ご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	スケソウタラ・牛乳・鶏肉・豆乳・粉豆腐・味噌	トマト・なす・りんご・ワカメ・人参・白菜	ふりかけ・ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 牛乳 粉豆腐のドーナツ	462 20.8 15.4 64.0 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦	571 25.5 18.2 80.9 1.8	kcal g g g g	乳成分・小麦
18	木	ご飯 鶏肉のから揚げ チンゲン菜と人参の和え物 みそ汁(花ふ・油揚げ)	ご飯・じゃが芋・バター・パン粉・マカロニ・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・油揚げ	チンゲン菜・パセリ・玉ねぎ・人参・水菜・生姜	ケチャップ・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 牛乳 マカロニツナポテト焼き	528 21.5 22.2 64.1 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	660 26.6 27.4 81.0 1.5	kcal g g g g	乳成分・小麦
19	金	ご飯 豚肉とさつま芋のみそ炒め キャベツのコーンサラダ すまし汁(ソーメン・舞茸)	ご飯・さつま芋・ソーメン・砂糖・小麦粉・米粉・油	きな粉・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	キャベツ・コーン・人参・舞茸	ベーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 牛乳 きなこスティック	545 18.7 18.5 80.9 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	683 22.8 22.4 103.7 1.5	kcal g g g g	乳成分・小麦
20	土	ご飯 白糸タラの和風ムニエル 大根と鶏ささみのとろみ煮 みそ汁(玉ねぎ・ワカメ) ヨーグルト	ごま油・ご飯・バター・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイトタラ・ヨーグルト・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	グリンピース・ワカメ・玉ねぎ・人参・大根	ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 牛乳 肉まん風	488 24.8 14.5 69.0 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦	601 30.9 16.7 86.5 1.8	kcal g g g g	乳成分・小麦
21	日	ご飯 豆腐と豚肉の中華煮 トマトと玉ねぎのおかか和え みそ汁(かぼちゃ・長ねぎ)	イチゴジャム・ごま油・ご飯・砂糖・油	花かつお・牛乳・豆乳・豆腐・豚肉・味噌	かぼちゃ・トマト・みかん缶・寒天・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 牛乳 ジャムかりフルーツ豆乳寒天	437 18.3 17.1 62.3 0.8	kcal g g g g	乳成分・小麦	532 22.0 17.1 77.4 0.9	kcal g g g g	乳成分・小麦
22	月	肉みそ和えうどん チンゲン菜の信田煮 すまし汁(じゃが芋・ごぼう)	うどん・ご飯・じゃが芋・マヨドレ・砂糖・片栗粉・油	しらす干し・牛乳・豚肉・味噌・油揚げ	インゲン・ごぼう・ズッキーニ・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 牛乳 しらす入りふりかけおにぎり スティック野菜	466 19.1 16.4 63.9 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	572 23.2 19.6 79.5 1.9	kcal g g g g	乳成分・小麦
23	火	~~鶏ささみの甘辛丼~~ 切干大根ときゅうりのサラダ みそ汁(花ふ・万能ねぎ)	ご飯・花ふ・砂糖・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・味噌	かぼちゃ・きゅうり・グリンピース・パプリカ赤・りんごジュース・レーズン・寒天・玉ねぎ・人参・切干大根・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 牛乳 かぼちゃ茶巾 アップルゼリー	429 17.4 8.6 76.0 0.8	kcal g g g g	乳成分・小麦	520 20.9 9.0 95.4 0.9	kcal g g g g	乳成分・小麦
24	水 イベント献立	ご飯 ●鮭のちゃんちゃん焼き風(北海道) ●いももち風(北海道) すまし汁(玉ねぎ・油揚げ) フルーツ(りんご)	ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鮭・味噌・油揚げ	キャベツ・しめじ・パイナップル缶・ピーマン・りんご・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 牛乳 人参のおやき フルーツ(パイン缶)	440 17.4 11.5 72.7 1.0	kcal g g g g	乳成分・小麦	539 21.1 13.0 91.9 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦
25	木	ご飯 ハンバーグケチャップソース 三色サラダ スープ(玉ねぎ・キャベツ) オレンジゼリー	じゃが芋・油・砂糖・ご飯・小麦粉・バター	鶏豚ハンバーグ・牛乳・豆乳	きゅうり・大根・トマト・玉ねぎ・キャベツ・りんご	オレンジジュース・粉寒天・ケチャップ・ウスターソース・精製塩・酢・醤油・ベーキングパウダー	牛乳 牛乳 りんごケーキ	480 18.5 14.9 72.8 1.2	kcal g g g g	乳成分・小麦	589 22.4 17.6 91.0 1.5	kcal g g g g	乳成分・小麦
26	金	納豆ごはん さつま芋コロッケ 小松菜と人参のごま和え 豚汁(豚肉・豆腐・インゲン)	ごま・ごま油・ご飯・さつま芋・ソーメン・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆腐・豚肉・納豆・味噌	インゲン・トマト・ピーマン・玉ねぎ・小松菜・人参	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 牛乳 野菜そうめんチャンプルー	620 24.3 23.1 85.1 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦	779 30.2 28.5 108.1 1.4	kcal g g g g	乳成分・小麦
27	土	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイのおろしソース かぼちゃと鶏肉のバター醤油炒め みそ汁(なす・長ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・バター・砂糖・片栗粉・油	カラスカレイ・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・茹小豆缶	オレンジ・かぼちゃ・なす・パセリ・黄桃缶・寒天・人参・大根・長ねぎ	ふりかけ・みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 牛乳 豆乳桃と小豆の二色寒天	453 16.7 14.3 69.9 0.9	kcal g g g g	乳成分・小麦	559 20.0 16.7 88.8 1.1	kcal g g g g	乳成分・小麦
28	日	~~ご飯~~ 豆腐と野菜のツナ煮 鶏レバーのかりん焼き みそ汁(焼ふ・ワカメ)	ご飯・りんごジャム・砂糖・小麦粉・焼ふ・片栗粉・油	おから・ツナフレーク缶・牛乳・鶏レバー・豆乳・豆腐・味噌	ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人参	ウスターソース・ケチャップ・ベーキングパウダー・みりん風調味料・出し汁・醤油・水	牛乳 牛乳 おからホットケーキ	470 21.5 14.5 68.9 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	582 26.6 17.0 87.5 2.0	kcal g g g g	乳成分・小麦
29	月	鶏肉の和豆乳ソースかけスパゲティ なすと人参のさっぱり炒め スープ(キャベツ・ごぼう)	ご飯・ごま油・ご飯・スパゲッティ・砂糖・小麦粉・油	花かつお・牛乳・鶏肉・豆乳・豚肉・味噌・冷蔵ベビーチーズ Ca+Fe	キャベツ・コーン・ごぼう・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 牛乳 黒ぜ込みそぼろチーズごはん	506 23.8 20.4 62.6 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦	630 29.7 25.0 79.0 2.0	kcal g g g g	乳成分・小麦
30	火	カレーライス 大根のツナサラダ スープ(小松菜・しめじ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・豚肉・茹小豆缶	オレンジ・しめじ・寒天・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 牛乳 さつま芋の黄金焼きようかん	546 17.9 15.8 89.1 1.3	kcal g g g g	乳成分・小麦	679 21.6 18.5 113.7 1.6	kcal g g g g	乳成分・小麦

※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ます。また、コンタミ等のアレルギーの詳細は「予定献立表」でご確認ください。
※都合により、献立を変更する場合がございます。
※1～2歳児の栄養価は、午前おやつ・昼食・午後おやつの合計栄養価になります。