



都賀せいわ保育園



離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)				中期(7~8ヶ月)				初期(5~6ヶ月)			
		昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧
		1	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ソーメン・ワカメ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 キャベツと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・キャベツ・人参・さつまいも・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ソーメン・ワカメ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 キャベツと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・キャベツ・人参・さつまいも・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・大根・人参
2	火	かゆ 助宗タラと小松菜のたくたく煮 玉ねぎと人参のだし煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・白菜・醤油	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のたくたく煮 玉ねぎと人参のだし煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・白菜・醤油	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・花ふ・味噌	かゆペースト 小松菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人参・白菜	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参
3	水	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 高野豆腐の煮物	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・高野豆腐・かぶ・人参・れんこん・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のとり煮 玉ねぎと人参のだし煮	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・冬瓜・味噌	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 高野豆腐の煮物	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・高野豆腐・かぶ・人参・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のとり煮 玉ねぎと人参のだし煮	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・冬瓜・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト かぶ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・かぶ・人参	かゆペースト チンゲン菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・冬瓜
4	木	かゆ 鶏肉とブロッコリーのみそ煮 ポテトサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・出し汁・味噌・じゃが芋・人参・大根・玉ねぎ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 白菜のとり煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・片栗粉・なす・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉とブロッコリーのみそ煮 ポテトサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・出し汁・味噌・じゃが芋・人参・大根・玉ねぎ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 白菜のとり煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・片栗粉・なす・焼ふ・味噌	かゆペースト ブロッコリーペースト じゃが芋・人参ペースト 大根・玉ねぎペースト	おかゆ・ブロッコリー・じゃが芋・人参・大根・玉ねぎ	かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト 白菜ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・白菜
5	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・チンゲン菜・人参	かゆ 鶏肉とほうれん草のたくたく煮 豆腐と野菜のコトコ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・玉ねぎ・人参・かぶ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・チンゲン菜・人参	かゆ 鶏肉とほうれん草のたくたく煮 豆腐と野菜のコトコ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・玉ねぎ・人参・かぶ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト チンゲン菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・チンゲン菜・人参	かゆペースト ほうれん草ペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・ほうれん草・豆腐・玉ねぎ・人参・かぶ
6	土	かゆ 鶏肉と小松菜のトマト煮 白菜と人参のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・人参・しらす干し・出し汁・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラとブロッコリーのだし煮 大根と人参の煮物 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・じゃが芋・味噌	かゆ 鶏肉と小松菜のトマト煮 白菜と人参のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・人参・しらす干し・出し汁・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラとブロッコリーのだし煮 大根と人参の煮物 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・じゃが芋・味噌	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・カットトマトパック・白菜・人参	かゆペースト ブロッコリーペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎ・じゃが芋ペースト	おかゆ・ブロッコリー・大根・人参・玉ねぎ・じゃが芋
7	日	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・キャベツ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・キャベツ・味噌	かゆペースト 人参・玉ねぎペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・チンゲン菜	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベツ
8	月	かゆ 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 ほうれん草と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 かぶと人参のとり煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・かぶ・人参・片栗粉・小松菜・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 ほうれん草と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 かぶと人参のとり煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・かぶ・人参・片栗粉・小松菜・ワカメ・味噌	かゆペースト ブロッコリーペースト ほうれん草・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・ブロッコリー・ほうれん草・人参・玉ねぎ	かゆペースト かぶ・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぶ・人参・小松菜
9	火	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 人参のやわらか煮 スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜	かゆ 助宗タラの野菜煮 チンゲン菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・チンゲン菜・なす・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 人参のやわらか煮 スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜	かゆ 助宗タラの野菜煮 チンゲン菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・チンゲン菜・なす・味噌	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・白菜	かゆペースト 大根・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・大根・人参・チンゲン菜
10	水	かゆ 白糸タラと小松菜のたくたく煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・キャベツ・人参・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・醤油・砂糖・もやし・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと小松菜のたくたく煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・キャベツ・人参・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・醤油・砂糖・もやし・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆペースト 小松菜ペースト キャベツ・人参ペースト 玉ねぎペースト・バナナペースト	おかゆ・小松菜・キャベツ・人参・玉ねぎ・バナナ	かゆペースト ほうれん草ペースト 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・人参
11	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつまいものマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつまいも・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・出し汁・白菜・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつまいものマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつまいも・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・出し汁・白菜・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつまいもペースト フルーツ(オレンジ)	うどん・玉ねぎ・人参・さつまいも・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト チンゲン菜・人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・チンゲン菜・人参・白菜
12	金	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・もやし・大根・人参・出し汁・味噌・なす・花ふ・醤油	かゆ 鶏肉と春野菜のほくほく煮 玉ねぎと人参のだし煮 スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・じゃが芋・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・出し汁・味噌・なす・花ふ・醤油	かゆ 鶏肉と春野菜のほくほく煮 玉ねぎと人参のだし煮 スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・じゃが芋・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・バナナ	かゆペースト 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・大根・人参	かゆペースト キャベツ・じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト・バナナペースト	おかゆ・キャベツ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豆腐・バナナ
13	土	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとり煮 チンゲン菜と人参のだし煮 ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン菜・人参・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとり煮 チンゲン菜と人参のだし煮 ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン菜・人参・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参	かゆペースト 人参ペースト トマトペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・人参・トマト・玉ねぎ
14	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・白菜	かゆ 豆腐と小松菜のコトコ煮 かぼちゃのマッシュ	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・白菜	かゆ 豆腐と小松菜のコトコ煮 かぼちゃのマッシュ	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・白菜	かゆペースト 豆腐・小松菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・かぼちゃ
15	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ソーメン・ワカメ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・キャベツ・人参・さつまいも・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ソーメン・ワカメ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・キャベツ・人参・さつまいも・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・大根・人参	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト さつまいもペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参・さつまいも・オレンジ

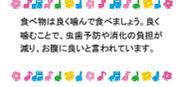
都賀せいわ保育園

離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)				中期(7~8ヶ月)				初期(5~6ヶ月)			
		昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧
		16	火	かゆ 助宗タラと小松菜のたくたく煮 白菜と人参のだし煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のたくたく煮 白菜と人参のだし煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・花ふ・味噌	かゆペースト 小松菜ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・白菜・人参・玉ねぎ
17	水	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・人参・もやし・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のどろろ煮 玉ねぎと人参のだし煮 フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・バナナ	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・人参・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のどろろ煮 玉ねぎと人参のだし煮 フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト さつま芋・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・さつま芋・人参	かゆペースト チンゲン菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・バナナ
18	木	かゆ 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ マヨネーズ	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・じゃが芋・きゅうり・大根・玉ねぎ・出し汁・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 白菜のどろみ煮	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白米・片栗粉・なす・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ マヨネーズ	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・じゃが芋・きゅうり・大根・玉ねぎ・出し汁・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 白菜のどろみ煮	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白米・片栗粉・なす・焼ふ・味噌	かゆペースト トマトペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・トマト・じゃが芋・大根・玉ねぎ	かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト 白菜ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・白菜
19	金	かゆ 鶏肉とスナップエンドウのやわらか煮 チンゲン菜とアスパラのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・スナップエンドウ・出し汁・醤油・砂糖・チンゲン菜・グリーンアスパラ・人参	かゆ 鶏肉とほうれん草のたくたく煮 豆腐と野菜のコトコ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・玉ねぎ・人参・もやし・味噌	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 豆腐と野菜のコトコ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・チンゲン菜・グリーンアスパラ・人参	かゆペースト キャベツペースト チンゲン菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・玉ねぎ・人参	おかゆ・キャベツ・チンゲン菜・人参	かゆペースト ほうれん草ペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・豆腐・玉ねぎ・人参	
20	土	かゆ 鶏肉と小松菜のトマト煮 白菜と人参のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・カットマト・バック・水・精製塩・白菜・人参・しらす干し・出し汁・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のだし煮 トマトサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・大根・人参・出し汁・トマト・玉ねぎ・じゃが芋・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のトマト煮 白菜と人参のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・カットマト・バック・水・精製塩・白菜・人参・しらす干し・出し汁・焼ふ・味噌	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・シロイトタラ・大根・人参・出し汁・トマト・玉ねぎ・じゃが芋・味噌・オレンジ	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・カットマト・バック・白菜・人参	かゆペースト 大根・人参ペースト トマトペースト	おかゆ・大根・人参・トマト・玉ねぎ・じゃが芋・オレンジ	
21	日	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・豆腐・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・キャベツ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・豆腐・味噌	かゆペースト 人参・玉ねぎペースト チンゲン菜・豆腐ペースト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・キャベツ・味噌	おかゆ・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・豆腐	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベツ	
22	月	かゆ 鶏肉のトマト煮 ほうれん草と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・ほうれん草・人参・出し汁・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 さつま芋と人参のどろろ煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・さつま芋・人参・片栗粉・小松菜・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉のトマト煮 ほうれん草と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・ほうれん草・人参・出し汁・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆペースト 助宗タラと野菜のだし煮 さつま芋と人参のどろろ煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・さつま芋・人参・片栗粉・小松菜・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト トマトペースト ほうれん草・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・トマト・ほうれん草・人参・玉ねぎ	かゆペースト 玉ねぎペースト さつま芋・人参ペースト 小松菜ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・さつま芋・人参・小松菜・オレンジ
23	火	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 人参のやわらか煮 スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜	かゆ 助宗タラの野菜煮 チンゲン菜のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・チンゲン菜・なす・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 人参のやわらか煮 スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜	かゆペースト 助宗タラの野菜煮 チンゲン菜のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・チンゲン菜・なす・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・白菜	かゆペースト 大根・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・大根・人参・チンゲン菜
24	水	かゆ 白糸タラと小松菜のたくたく煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・キャベツ・人参・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・醤油・砂糖・もやし・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと小松菜のたくたく煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・キャベツ・人参・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆペースト 小松菜ペースト キャベツ・人参ペースト 玉ねぎペースト・バナナペースト	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・醤油・砂糖・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	おかゆ・小松菜・キャベツ・人参・玉ねぎ・バナナ	かゆペースト ほうれん草ペースト 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・人参	
25	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 うどん さつま芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 チンゲン菜と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・出し汁・白菜・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 うどん さつま芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・オレンジ	かゆペースト 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 チンゲン菜と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・出し汁・白菜・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト フルーツ(オレンジ)	うどん・玉ねぎ・人参・さつま芋・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト チンゲン菜・人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・チンゲン菜・人参・白菜
26	金	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・もやし・大根・人参・出し汁・味噌・なす・花ふ・醤油	かゆ 鶏肉と春野菜のほくほく煮 玉ねぎと人参のだし煮 スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・じゃが芋・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・出し汁・味噌・なす・花ふ・醤油	かゆペースト 鶏肉と春野菜のほくほく煮 玉ねぎと人参のだし煮 スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・じゃが芋・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・バナナ	かゆペースト 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・大根・人参	かゆペースト キャベツ・じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト・バナナペースト	おかゆ・キャベツ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豆腐・バナナ
27	土	かゆ 助宗タラと玉ねぎのどろろ煮 チンゲン菜と人参のだし煮 ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン菜・人参・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのどろろ煮 チンゲン菜と人参のだし煮 ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン菜・人参・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 鶏肉と人参のやわらか煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参	かゆペースト 人参ペースト トマトペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・人参・トマト・玉ねぎ
28	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・白菜	かゆ 豆腐と小松菜のコトコ煮 かぼちゃのマッシュ	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・白菜	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草ペースト 白菜ペースト	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草・白菜	かゆペースト 豆腐・小松菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・かぼちゃ	
29	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ソーメン・ワカメ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 キャベツと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・キャベツ・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ソーメン・ワカメ	かゆペースト 白糸タラと玉ねぎのだし煮 キャベツと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・キャベツ・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・大根・人参	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト さつま芋ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参・さつま芋・オレンジ
30	火	かゆ 助宗タラと小松菜のたくたく煮 白菜と人参のだし煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のたくたく煮 白菜と人参のだし煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 小松菜ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・花ふ・味噌	かゆペースト 小松菜ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・白菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参
31	水	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・人参・もやし・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のどろろ煮 玉ねぎと人参のだし煮 フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・バナナ	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・人参・ワカメ・味噌	かゆペースト 助宗タラと野菜のどろろ煮 玉ねぎと人参のだし煮 フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト さつま芋・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・さつま芋・人参	かゆペースト チンゲン菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・バナナ

都賀せいわ保育園

リトルキッズ	5月	3色食品群			3色食品群以外の使用食材			1~2歳児			3~5歳児			リトルキッズ	5月	3色食品群			3色食品群以外の使用食材			1~2歳児			3~5歳児																																																																																																																																																																																																																																							
		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	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	午後おやつ	アレルギー	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			午後おやつ	アレルギー	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	午後おやつ	アレルギー	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	午後おやつ	アレルギー	アレルギー																																																																																																																																																																																																																																		
1	火	ご飯 鶏肉の野菜炒め 大根と人参のごまサラダ すまし汁(ソーマン・ワカメ)	ごま・ごま油・ご飯・ ソーマン・砂糖・小魚 すなっく・油	きな粉・ワカメ・牛乳・ 鶏肉・豆乳・茹小豆缶	チンゲン菜・寒天・玉ねぎ・ 人参・大根	みりん風調味料・出し 汁・醤油・酢・水・精製 塩	牛乳 小魚すなっく きな粉豆乳寒天あんこのせ	468 19.4 17.4 62.3 1.0	kcal g g g g	乳・小麦	579 23.6 20.9 78.6 1.2	kcal g g g g	乳・小麦	16	火	ご飯 サーモンフライ 肉野菜炒め スープ(玉ねぎ・コーン) ヨーグルト	ごま油・ご飯・ソフトな 塩せん・パン粉・砂 糖・小麦粉・油	おから・ヨーグルト・牛 乳・鶏肉・鮭・豆乳	コーン・レーズン・玉ねぎ・ 小松菜・人参・白菜	ウスターソース・ペー キングパウダー・出し汁・ 醤油・水・精製塩	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 レーズンおから蒸しパン	552 24.3 18.5 77.3 1.4	kcal g g g g	乳・小麦	689 30.2 22.4 97.6 1.6	kcal g g g g	乳・小麦	2	火	●中華まき風混ぜ込みごはん サーモンフライ 具だくさんスープ フルーツ(黄桃缶)	かぼちゃ&にんじん リンゴ・ごま油・ご飯・ パン粉・砂糖・小麦粉・ 油	おから・牛乳・鶏肉・ 鮭・豆乳	インゲン・コーン・レーズ ン・黄桃缶・玉ねぎ・小 松菜・人参・白菜	ウスターソース・ペー キングパウダー・出し汁・ 醤油・水・精製塩	牛乳 小魚すなっく 牛乳 レーズンおから蒸しパン	543 23.2 17.1 78.7 1.3	kcal g g g g	乳・小麦	680 28.9 20.5 100.7 1.6	kcal g g g g	乳・小麦	17	水	ご飯 ポークソテー BBQソース 厚揚げとさつま芋の煮物 みそ汁(もやし・ワカメ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚せんべ い・小麦粉・片栗粉・ 油	ワカメ・牛乳・鶏肉・厚 揚げ・豆乳・豚肉・味 噌	キャベツ・もやし・玉ねぎ・ 人参	ウスターソース・ケチャ ップ・ペーキングパウ ダー・みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・水・精 製塩	牛乳 小魚せんべい 牛乳 肉まん風	487 22.1 16.2 65.7 1.5	kcal g g g g	乳・小麦	605 27.4 19.3 83.2 1.9	kcal g g g g	乳・小麦	18	木	鉄分強化！ふりかけご飯 ふんわりつくね焼き ポテトサラダ すまし汁(大根・玉ねぎ)	ご飯・じゃが芋・しらす &わかめせんべい・ バター・パン粉・砂糖・ 小麦粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・ 豆腐・味噌	きゅうり・トマト・玉ねぎ・ 大根・長ねぎ・白桃缶	ふりかけ・ペー キングパウダー・出し汁・ 醤油・水・精製塩	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 白桃ケーキ	482 18.2 17.5 67.2 1.5	kcal g g g g	乳・小麦	595 22.0 20.9 84.4 1.9	kcal g g g g	乳・小麦	19	金	●豚肉と野菜の和風スープ チンゲン菜とアスパラのツナサラダ スープ(人参・ごぼう)	ごま・ごま油・ご飯・ パン粉・砂糖・小麦粉・ 油	牛乳・鶏肉・豚肉・ 豆腐・味噌	グリーンアスパラ・トマ ト・ほうれん草・玉ねぎ・人 参・小松菜せんべい・ 砂糖・油	ごま・ごま油・ご飯・ パン粉・砂糖・小麦粉・ 油	牛乳・鶏肉・豚肉・ 豆腐・味噌	グリーンアスパラ・トマ ト・ほうれん草・玉ねぎ・人 参・小松菜せんべい・ 砂糖・油	ごま・ごま油・ご飯・ パン粉・砂糖・小麦粉・ 油	牛乳・鶏肉・豚肉・ 豆腐・味噌	グリーンアスパラ・トマ ト・ほうれん草・玉ねぎ・人 参・小松菜せんべい・ 砂糖・油	牛乳 わかめせんべい 牛乳 焼きたてのワカメおにぎり	491 22.8 15.8 59.6 1.3	kcal g g g g	乳・小麦	605 28.2 18.8 73.2 1.6	kcal g g g g	乳・小麦	20	土	ご飯 鶏肉と小松菜のトマト煮 白菜と人参のしらす炒め みそ汁(焼ふ・油揚げ)	ごま油・ご飯・わかめ せんべい・砂糖・焼 ふ・油	しらす干し・牛乳・鶏 肉・味噌・油揚げ・冷 蔵ペビーチーズ Ca+Fe	カットトマトパック・かぼ ちゃ・玉ねぎ・小松菜・ 人参・白菜	ケチャップ・出し汁・醬 油・水・精製塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 かぼちゃ茶巾 鉄分強化チーズ	445 18.9 17.1 58.6 1.6	kcal g g g g	乳・小麦	543 23.0 20.4 72.4 2.0	kcal g g g g	乳・小麦	21	月	ご飯 助宗タラの和風ステーキ 鶏レバーの彩り炒め みそ汁(チンゲン菜・豆腐) フルーツ(洋梨缶)	ごま・ごま油・砂糖・小 魚すなっく・小麦粉・片 栗粉・油	きな粉・スケツツウタ タ・牛乳・鶏レバー・豆 乳・豆腐・味噌	チンゲン菜・パプリカ 黄・ピーマン・玉ねぎ・ 人参・洋なし缶	みりん風調味料・酒・出 し汁・醤油・水	牛乳 小魚すなっく 牛乳 ヘルシーくずもち	453 23.3 13.6 62.2 1.0	kcal g g g g	乳・小麦	559 28.9 15.8 78.4 1.2	kcal g g g g	乳・小麦	22	月	ご飯 鶏唐揚げのたれがらめ 切干大根煮 みそ汁(玉ねぎ・花ふ)	かぼちゃ&にんじん リンゴ・ご飯・パケ ット・花ふ・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豚肉・味 噌・油揚げ	グリーンアスパラ・トマ ト・ほうれん草・玉ねぎ・人 参・切干大根	ウスターソース・ケチャ ップ・みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじん 牛乳 ミニナポリタン	522 21.3 18.9 68.9 1.1	kcal g g g g	乳・小麦	652 26.3 23.0 87.5 1.4	kcal g g g g	乳・小麦	23	火	ご飯 豚肉とじゃが芋の醤油炒め ひじきのツナ煮 スープ(白菜・コーン)	ご飯・じゃが芋・とう もろ・しらす干し・りん ご・花ふ・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	おから・ツナフレーク 缶・牛乳・豆乳・豚肉	インゲン・コーン・ひ じき・玉ねぎ・人参・白菜	ウスターソース・ケチャ ップ・みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 ミニナポリタン	527 21.9 19.1 69.5 1.1	kcal g g g g	乳・小麦	656 27.0 23.0 87.5 1.4	kcal g g g g	乳・小麦	24	水	ご飯 白糸タラのミニエール キャベツと鶏肉のおかか煮 みそ汁(玉ねぎ・えのき茸) フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・バター ・わかめせんべい・砂 糖・小麦粉・米粉・油	シロイタダ・花かつ お・牛乳・鶏肉・豆乳・ 味噌	えのき茸・キャベツ・パ ナナ・玉ねぎ・小松菜・ 人参	ペーキングパウダー・出 し汁・醤油・精製塩	牛乳 ごま油せんべい 牛乳 米粉のドーナツ	454 17.8 14.8 66.1 1.0	kcal g g g g	乳・小麦	554 21.5 15.7 87.9 1.6	kcal g g g g	乳・小麦	25	木	ご飯 鶏うどん さつま芋のサクサクパン粉焼き フルーツ(オレンジ)	いわしせんべい・う どん・ご飯・さつま 芋・パン粉・米粉・油	チーズ・牛乳・鶏肉	インゲン・オレンジ・き ゅうり・ごぼう・パセリ・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 わかめせんべい 牛乳 米粉のドーナツ	478 17.3 14.1 73.4 1.3	kcal g g g g	乳・小麦	593 20.8 16.5 93.6 1.6	kcal g g g g	乳・小麦	26	金	ご飯 茹で豚のごま味噌だれ 大根と人参の煮物 すまし汁(なす・花ふ)	イチゴジャム・ごま・ ご飯・ソフトな塩せん・ パン粉・砂糖・油	牛乳・豆乳・豚肉・味 噌・油揚げ	グリーンピース・なす・パ プリカ赤・もやし・レーズ ン・人参・大根・万能 ねぎ	ペーキングパウダー・み りん風調味料・酒・出 し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 ふんわりスコーン	466 18.5 14.4 68.7 1.4	kcal g g g g	乳・小麦	572 22.4 16.9 86.0 1.6	kcal g g g g	乳・小麦	27	土	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイの甘酢あん 鶏肉とチンゲン菜の炒め煮 みそ汁(インゲン・長ねぎ) ヨーグルト	ご飯・さつま芋・砂糖 ・小魚せんべい・片栗 粉・油	カラスカレイ・ヨーグル ト・牛乳・鶏肉・豆乳・ 粉豆腐・味噌	インゲン・チンゲン菜・ 玉ねぎ・人参・水菜・長 ねぎ	ふりかけ・出し汁・醬 油・酢・水・精製塩	牛乳 かぼちゃ&にんじん 牛乳 ふんわりスコーン	463 18.4 14.4 67.8 1.3	kcal g g g g	乳・小麦	572 22.4 16.9 86.0 1.6	kcal g g g g	乳・小麦	28	日	ドライカレー ほうれん草サラダ スープ(白菜・しめじ) フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・パター ・わかめせんべい・砂 糖・小麦粉・米粉・油	シロイタダ・花かつ お・牛乳・鶏肉・豆乳・ 味噌	えのき茸・キャベツ・パ ナナ・玉ねぎ・小松菜・ 人参	ペーキングパウダー・出 し汁・醤油・精製塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 米粉のドーナツ	453 17.8 14.7 66.2 1.0	kcal g g g g	乳・小麦	554 21.5 15.7 87.9 1.6	kcal g g g g	乳・小麦	29	月	ご飯 鶏肉の野菜炒め 大根と人参のごまサラダ すまし汁(ソーマン・ワカメ)	ごま・ごま油・ご飯・ ソーマン・ほうれん草と 小松菜せんべい・砂 糖・油	きな粉・ワカメ・牛乳・ 鶏肉・豆乳・茹小豆缶	チンゲン菜・寒天・玉 ねぎ・人参・大根	みりん風調味料・出し 汁・醤油・酢・水・精製 塩	牛乳 いわしせんべい 牛乳 きな粉豆乳寒天あんこのせ	472 19.5 17.5 63.2 1.0	kcal g g g g	乳・小麦	579 23.6 20.9 78.6 1.2	kcal g g g g	乳・小麦	30	火	ご飯 サーモンフライ 肉野菜炒め スープ(玉ねぎ・コーン) ヨーグルト	ごま油・ご飯・パン粉 ・わかめせんべい・砂 糖・小麦粉・油	ワカメ・牛乳・鶏肉・厚 揚げ・豆乳・豚肉・味 噌	キャベツ・もやし・玉 ねぎ・小松菜・人参・白菜	ウスターソース・ケチャ ップ・ペーキングパウ ダー・みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・水・精 製塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 レーズンおから蒸しパン	553 24.3 18.6 77.3 1.3	kcal g g g g	乳・小麦	689 30.2 22.4 97.6 1.6	kcal g g g g	乳・小麦	31	水	ご飯 ポークソテー BBQソース 厚揚げとさつま芋の煮物 みそ汁(もやし・ワカメ)	ごま油・ご飯・さつま 芋・砂糖・小魚すなっ く・小麦粉・片栗粉・油	ワカメ・牛乳・鶏肉・厚 揚げ・豆乳・豚肉・味 噌	キャベツ・もやし・玉 ねぎ・小松菜・人参・白菜	ウスターソース・ケチャ ップ・ペーキングパウ ダー・みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・水・精 製塩	牛乳 小魚すなっく 牛乳 肉まん風	547 25.7 20.5 69.2 1.5	kcal g g g g	乳・小麦	686 32.1 25.1 87.9 1.9	kcal g g g g	乳・小麦

* 登園では午前おやつは提供していません。
(1, 2歳児のみ午前朝は牛乳を提供しております。)



タイハイ(株)
応援けいこう
林奈たい平師匠

こいのぼりには
青空が似合いますね。

※3色食品群は食品中に含まれる栄養素を見た目で見分かります。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せん。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・午後おやつ合計の栄養価になります。