



2025年度 南行徳せいわ保育園

11月 給食だよ

朝晩の冷え込みが深まり、秋の訪れを感じる季節となりました。11月は、さつまいもやきのこ、ごぼうなど、土の中で育つ美味しい食材が旬を迎えます。これらの食材には体を温める効果や免疫力を高める栄養が豊富です！旬の味覚を楽しみながら美味しく食べ、よく遊び、よく眠り、寒さに負けない元気な体を作りましょう♪

旬の果物

11月献立は旬のフルーツである、柿を取り入れています。是非秋の味覚をお楽しみください。

★柿の嬉しい栄養素

●食物繊維がたっぷり！

食物繊維が豊富に含まれており、腸内環境を整えて便秘改善に役立ちます。

●ビタミンがたっぷり！

ビタミンC・ビタミンAに変化するカロテノイドを多く含みます。ビタミンCは体内に侵入したウィルス・菌などを攻撃する白血球の働きを強化し、免疫力を高める作用があります。ビタミンAは皮膚や体の粘膜(鼻・口・腸など)を健康に保つ効果があります。皮膚や粘膜はウィルス・菌などの外敵から体を守り、感染症を予防してくれます。

●タンニンがたっぷり！

タンニンはポリフェノールの一種です。タンニンによって柿は渋く感じてしまいます。ですがタンニンは抗酸化作用があり、生活習慣病や老化の原因となる活性酸素の増加を抑えられます。



「いただきます」を大切に



「いただきます」という言葉は、感謝の気持ちを表しています。わたしたちは毎日、他の生き物の命をいただいています。そして、食物を育てる人やそれを運ぶ人、料理をする人など、食卓に並ぶまでに携わるさまざまな人に感謝をしながら食事をしたいものです。子どもたちと食事をしながら「魚はどこから、どんなふうにお皿の上に来たのかな？」などのやり取りをしてみましょう！食事をいただくことに感謝の気持ちが膨らみます♪
また、食事の終わりには「ごちそうさまでした」と感謝の気持ちを込めて挨拶ができるよう、習慣として身につけたいですね☆



ヌルヌルが消化を助ける！ 栄養いっぱいの里芋

人里でとれることから、【さといも(里芋)】と呼ばれるようになったといわれています。

でんぷんが主成分であるいも類のなかでもカロリーが低く、食物繊維が豊富なため便通を改善させる効果があります。また、筋肉の収縮をスムーズにし、塩分の排出を促すカリウムをいも類の中で最も多く含んでいます。

特有のヌルヌルした成分は胃壁を守り、胃腸の働きを助けるため、ぬめりも逃さず調理して食べましょう！！



給食室より



●食育活動(お月見)●

10月6日(月)は十五夜。保育園では1日(水)に小麦粉粘土を使って、お月見団子づくりに挑戦しました。



先月の人気メニュー きなこおはぎ

お月見当日のおやつとして提供しました。お団子は小さな子どもにとって誤嚥や窒息につながりやすい食品です。今回はもち米ではなく普通のお米を使い、おはぎ風に仕上げました。

【材料(子ども1人分)】

ご飯	50g
きな粉	3g
砂糖	1.8g

【作り方】

- ①ご飯を少し軟らかめに炊く
- ②炊いたご飯を軽くつぶし、小さく丸める
- ③きな粉をまぶす

🐰 お好みであんこを包んでもおいしいですよ 🐰



11月8日は「いい歯の日」です ～歯を大切にしましょう～

乳歯は虫歯になりやすく、進行も早いといわれています。よく噛んで食べること、習慣的に歯磨きを行うことを子どもたちが自分で意識してできるように声をかけてあげてください♪

○唾液の役割

①消化酵素“アミラーゼ”による消化作用

唾液に含まれるアミラーゼは噛む程分泌が増え、消化を助けます。

②洗浄作用

口の中の細菌や食べかすなどを希釈し洗い流す働きがあります。

③殺菌作用

口の中に侵入してきた病原体に対して殺菌作用があります。

④口の中を潤し、保護する作用

唾液が口の中を潤し、粘膜が傷つく事を防ぎます。

⑤口の中を中性に

酸性、アルカリ性のものが口に入っても、元の中性状態に戻します。

○噛むことの役割

①味覚の発達

薄味でもおいしく感じられるようになります。

②消化を助け、虫歯を防ぐ

よく噛むことで唾液の分泌が促されます。

③頭のはたらきをよくする

噛むことで脳を刺激します。

④歯並びをよくする

あごの発達を促します。

⑤ことばの発音がはっきりする

よく噛む事で口回りの筋力がバランスよくつきます。



11月													
リトルキッズ	昼食	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	午後おやつ(1～2歳児のみ)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳成分・卵・小麦・落花生・そばを含むものを含む)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳成分・卵・小麦・落花生・そばを含むものを含む)			
1	土	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉のから揚げたれがらめ 白菜の煮浸し みそ汁(ほうれん草・しめじ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	しめじ・ほうれん草・人参・生姜・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 19.7g 17.7g 71.7g 1.4g	501kcal 19.7g 17.7g 71.7g 1.4g	乳成分・小麦 24.0g 21.2g 90.0g 1.6g	620kcal 24.0g 21.2g 90.0g 1.6g	乳成分・小麦 24.0g 21.2g 90.0g 1.6g		
2	日	ご飯 高野豆腐の豆乳クリーム焼き 鶏レバーのケチャップ煮 スープ(かぶ・ワカメ)	うどん・ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ツナフレック缶・牛乳・鶏レバー・鶏肉・高野豆腐・豆乳	かぶ・キャベツ・コーン・パセリ・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・大根	ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 508kcal 26.4g 14.5g 71.2g 1.6g	508kcal 26.4g 14.5g 71.2g 1.6g	乳成分・小麦 33.1g 33.1g 17.0g 89.0g 2.0g	626kcal 33.1g 33.1g 17.0g 89.0g 2.0g	乳成分・小麦 33.1g 33.1g 17.0g 89.0g 2.0g		
3	月	カレーライス マカロニサラダ スープ(れんこん・白菜) フルーツ(オレンジ)	ご飯・じゃが芋・マカロニミックス・砂糖・油	牛乳・豆乳・豚肉・茹小豆缶	オレンジ・きゅうり・パプリカ赤・れんこん・黄桃缶・寒天・玉ねぎ・人参・白菜	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 492kcal 17.8g 14.3g 78.5g 1.2g	492kcal 17.8g 14.3g 78.5g 1.2g	乳成分・小麦 609g 21.6g 16.7g 99.8g 1.5g	609kcal 21.6g 16.7g 99.8g 1.5g	乳成分・小麦 609g 21.6g 16.7g 99.8g 1.5g		
4	火	ご飯 助宗タラの竜田焼き キャベツと鶏肉の煮物 みそ汁(花ふ・ワカメ) アップルゼリー	ご飯・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	スケツウタラ・牛乳・鶏肉・豆乳・粉豆腐・味噌	キャベツ・ほうれん草・りんごジュース・レーズン・ワカメ・寒天・人参	ベーキングパウダー・みりん風調味料・出し汁・醤油・水	牛乳 496kcal 22.4g 14.3g 73.7g 1.3g	496kcal 22.4g 14.3g 73.7g 1.3g	乳成分・小麦 610g 27.7g 16.7g 92.2g 1.6g	610kcal 27.7g 16.7g 92.2g 1.6g	乳成分・小麦 610g 27.7g 16.7g 92.2g 1.6g		
5	水	けんちんうどん かぼちゃと豚肉のとりも煮 フルーツ(柿)	うどん・ご飯・砂糖・片栗粉・油	チーズ・牛乳・豆腐・豚肉	かぼちゃ・きゅうり・しめじ・柿・人参・大根・長ねぎ	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 446kcal 17.6g 13.6g 67.5g 1.3g	446kcal 17.6g 13.6g 67.5g 1.3g	乳成分・小麦 544g 21.2g 15.7g 84.4g 1.6g	544kcal 21.2g 15.7g 84.4g 1.6g	乳成分・小麦 544g 21.2g 15.7g 84.4g 1.6g		
6	木	ご飯 カラスカレイの甘酢漬け 小松菜のごま和え みそ汁(かぶ・油揚げ) ヨーグルト	ごま・ご飯・さつま芋・砂糖・片栗粉・油	カラスカレイ・ヨーグルト・牛乳・味噌・油揚げ	かぶ・パプリカ黄・りんご・寒天・玉ねぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油・酢・水	牛乳 476kcal 14.9g 15.5g 75.7g 0.9g	476kcal 14.9g 15.5g 75.7g 0.9g	乳成分・小麦 590g 17.6g 18.4g 96.7g 1.1g	590kcal 17.6g 18.4g 96.7g 1.1g	乳成分・小麦 590g 17.6g 18.4g 96.7g 1.1g		
7	金	ご飯 豆腐と鶏肉のみそ煮 きゅうりとコーンのツナサラダ すまし汁(ほうれん草・ソーメン)	ごま油・ご飯・ソーメン・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌・茹小豆缶	きゅうり・コーン・ほうれん草・玉ねぎ・人参・水菜	ベーキングパウダー・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 491kcal 20.3g 16.7g 69.0g 1.3g	491kcal 20.3g 16.7g 69.0g 1.3g	乳成分・小麦 611g 25.0g 20.0g 87.6g 1.6g	611kcal 25.0g 20.0g 87.6g 1.6g	乳成分・小麦 611g 25.0g 20.0g 87.6g 1.6g		
8	土	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの照り焼き 豚じゃが みそ汁(玉ねぎ・インゲン) フルーツ(柿)	ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	スケツウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	インゲン・かぼちゃ・グリーンピース・トマト・りんご・レーズン・柿・玉ねぎ・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	牛乳 467kcal 19.9g 13.2g 73.9g 1.0g	467kcal 19.9g 13.2g 73.9g 1.0g	乳成分・小麦 578g 24.4g 15.3g 94.2g 1.2g	578kcal 24.4g 15.3g 94.2g 1.2g	乳成分・小麦 578g 24.4g 15.3g 94.2g 1.2g		
9	日	ご飯 鶏肉と野菜の醤油炒め 切干大根サラダ みそ汁(焼ふ・しめじ)	ごま・ごま油・ご飯・砂糖・焼ふ・米粉・片栗粉・油・里芋	牛乳・鶏肉・味噌	キャベツ・コーン・しめじ・玉ねぎ・人参・切干大根	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 468kcal 17.6g 16.0g 68.6g 1.1g	468kcal 17.6g 16.0g 68.6g 1.1g	乳成分・小麦 574g 21.2g 18.8g 86.0g 1.4g	574kcal 21.2g 18.8g 86.0g 1.4g	乳成分・小麦 574g 21.2g 18.8g 86.0g 1.4g		
10	月	ご飯 白糸タラのパン粉焼き 玉ねぎの根菜煮 みそ汁(白菜・油揚げ) フルーツ(りんご)	イチゴジャム・ごま油・ご飯・バター・パン粉・砂糖・小麦粉・油	シロイトタラ・花かつお・牛乳・豆乳・味噌・油揚げ	チンゲン菜・りんご・レーズン・れんこん・玉ねぎ・人参・白菜	ベーキングパウダー・みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 474kcal 16.8g 14.2g 74.6g 1.1g	474kcal 16.8g 14.2g 74.6g 1.1g	乳成分・小麦 582g 20.0g 16.5g 94.0g 1.4g	582kcal 20.0g 16.5g 94.0g 1.4g	乳成分・小麦 582g 20.0g 16.5g 94.0g 1.4g		
11	火	ご飯 豚肉のケチャップがらめ かぶとコーンのサラダ スープ(豆腐・長ねぎ)	ご飯・バター・砂糖・焼ふ・油	牛乳・豆乳・豆腐・豚肉・冷蔵ベビーチーズCa+Fe	かぶ・コーン・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 453kcal 19.0g 19.5g 54.8g 1.5g	453kcal 19.0g 19.5g 54.8g 1.5g	乳成分・小麦 555g 23.1g 23.8g 67.2g 1.8g	555kcal 23.1g 23.8g 67.2g 1.8g	乳成分・小麦 555g 23.1g 23.8g 67.2g 1.8g		
12	水	ご飯 厚揚げと鶏肉のきのこ煮 さつま芋と人参のごまサラダ みそ汁(なす・ごぼう)	ごま・ごま油・ご飯・さつま芋・マカロニ・砂糖・片栗粉・油	きな粉・牛乳・鶏肉・厚揚げ・味噌	えのき茸・オレンジ・ごぼう・なす・玉ねぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 501kcal 22.4g 16.7g 70.8g 0.9g	501kcal 22.4g 16.7g 70.8g 0.9g	乳成分・小麦 617g 27.7g 20.0g 88.4g 1.1g	617kcal 27.7g 20.0g 88.4g 1.1g	乳成分・小麦 617g 27.7g 20.0g 88.4g 1.1g		
13	木	三色丼 かぼちゃの甘酢炒め みそ汁(大根・花ふ)	ご飯・花ふ・砂糖・油	しらす干し・牛乳・豚肉・豆乳・味噌	かぼちゃ・パプリカ赤・ほうれん草・玉ねぎ・人参・大根・みかん缶・れんこん・さつま芋	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩・寒天・あおさ粉	牛乳 475kcal 19.6g 14.4g 72.8g 1.1g	475kcal 19.6g 14.4g 72.8g 1.1g	乳成分・小麦 586g 24.0g 16.9g 92.1g 1.4g	586kcal 24.0g 16.9g 92.1g 1.4g	乳成分・小麦 586g 24.0g 16.9g 92.1g 1.4g		
14	金	●鮭ちらし寿司 豚肉とかぶの煮物 みそ汁(ごぼう・油揚げ) ヨーグルト	ご飯・砂糖・小麦粉・油	ヨーグルト・牛乳・鮭・豚肉・味噌・油揚げ・バター	かぶ・きゅうり・コーン・ごぼう	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩・いちごパウダー	牛乳 489kcal 24.8g 17.8g 61.2g 1.2g	489kcal 24.8g 17.8g 61.2g 1.2g	乳成分・小麦 601g 30.9g 21.5g 75.3g 1.5g	601kcal 30.9g 21.5g 75.3g 1.5g	乳成分・小麦 601g 30.9g 21.5g 75.3g 1.5g		
15	土	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉のから揚げがらめ 白菜の煮浸し みそ汁(ほうれん草・しめじ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	しめじ・ほうれん草・人参・生姜・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 502kcal 19.7g 17.7g 71.7g 1.3g	502kcal 19.7g 17.7g 71.7g 1.3g	乳成分・小麦 620g 24.0g 21.2g 90.0g 1.6g	620kcal 24.0g 21.2g 90.0g 1.6g	乳成分・小麦 620g 24.0g 21.2g 90.0g 1.6g		
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/炭水化物/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		585/24.1/16.2/85.5/1.6未満		595		24.5		18.5		88.6		1.5	
		485/20.1/13.5/71.0/1.4未満		482		20.1		15.6		70.4		1.2	
食べる量はよく噛んで食べましょう。よく噛むことで、虫歯予防や消化の負担が													

タイハイ(株)
広達サポーター
林家たい平師匠

赤と黄色の落ち葉、
秋を感じますね。

食べ物は良く噛んで食べましょう。よく
噛むことで、虫歯予防や消化の負担が

11月									
リトルキッズ	昼食	3色食品群				3色食品群以外の使用食材			
		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	1～2歳児	3～5歳児	
16	日	ご飯 高野豆腐の豆乳クリーム焼き 鶏レバーのケチャップ煮 スープ(かぶ・ワカメ)	うどん・ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ツナフレック缶・牛乳・鶏レバー・鶏肉・高野豆腐・豆乳	かぶ・キャベツ・コーン・パセリ・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参	ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳	アレルギー	アレルギー
17	月	カレーライス マカロニサラダ スープ(れんこん・白菜) フルーツ(オレンジ)	ご飯・じゃが芋・マカロニミックス・砂糖・油	牛乳・豆乳・豚肉・茹小豆缶	オレンジ・きゅうり・パプリカ赤・れんこん・黄桃缶・寒天・玉ねぎ・人参・白菜	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳	アレルギー	アレルギー
18	火	ご飯 助宗タラの竜田焼き キャベツと鶏肉の煮物 みそ汁(花ふ・ワカメ) アップルゼリー	ご飯・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	スケツウタラ・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	キャベツ・ほうれん草・りんごジュース・ワカメ・寒天・人参	ベーキングパウダー・みりん風調味料・出し汁・醤油・水	牛乳	アレルギー	アレルギー
19	水	けんちんうどん かぼちゃと豚肉のとりも煮 フルーツ(柿)	うどん・ご飯・砂糖・片栗粉・油	チーズ・牛乳・豆腐・豚肉	かぼちゃ・きゅうり・しめじ・柿・人参・大根・長ねぎ	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳	アレルギー	アレルギー
20	木	ご飯 カラスカレイの甘酢漬け 小松菜のごま和え みそ汁(かぶ・油揚げ) ヨーグルト	ごま・ご飯・さつま芋・砂糖・片栗粉・油	カラスカレイ・ヨーグルト・牛乳・味噌・油揚げ	かぶ・パプリカ黄・りんご・寒天・玉ねぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油・酢・水	牛乳	アレルギー	アレルギー
21	金	ご飯 豆腐と鶏肉のみそ煮 きゅうりとコーンのツナサラダ すまし汁(ほうれん草・ソーメン)	ごま油・ご飯・ソーメン・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌・茹小豆缶	きゅうり・コーン・ほうれん草・玉ねぎ・人参・水菜	ベーキングパウダー・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳	アレルギー	アレルギー
22	土	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの照り焼き 豚じゃが みそ汁(玉ねぎ・インゲン) フルーツ(柿)	ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	スケツウタラ・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	インゲン・かぼちゃ・グリーンピース・トマト・りんご・レーズン・柿・玉ねぎ・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	牛乳	アレルギー	アレルギー
23	日	ご飯 鶏肉と野菜の醤油炒め 切干大根サラダ みそ汁(焼ふ・しめじ)	ごま・ごま油・ご飯・砂糖・焼ふ・米粉・片栗粉・油・里芋	牛乳・鶏肉・味噌	キャベツ・コーン・しめじ・玉ねぎ・人参・切干大根	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳	アレルギー	アレルギー
24	月	ご飯 煮込みハンバーグ 玉ねぎの根菜煮 みそ汁(白菜・油揚げ) フルーツ(りんご)	イチゴジャム・ごま油・ご飯・バター・パン粉・砂糖・小麦粉・油	シロイトタラ・花かつお・牛乳・豆乳・味噌・油揚げ	チンゲン菜・りんご・レーズン・れんこん・玉ねぎ・人参・白菜	ベーキングパウダー・みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳	アレルギー	アレルギー
25	火	ご飯 豚肉のケチャップがらめ かぶとコーンのサラダ スープ(豆腐・長ねぎ)	ご飯・バター・砂糖・焼ふ・油	牛乳・豆乳・豆腐・豚肉・冷蔵ベビーチーズCa+Fe	かぶ・コーン・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳	アレルギー	アレルギー
26	水	ご飯 厚揚げと鶏肉のきのこ煮 さつま芋と人参のごまサラダ みそ汁(なす・ごぼう)	ごま・ごま油・ご飯・さつま芋・マカロニ・砂糖・片栗粉・油	きな粉・牛乳・鶏肉・厚揚げ・味噌	えのき茸・オレンジ・ごぼう・なす・玉ねぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳	アレルギー	アレルギー
27	木	ご飯 煮込みハンバーグ スパゲッティサラダ スープ(豆腐・キャベツ・長ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・じゃが芋・スパゲティ・油・マヨネーズ・砂糖・小麦粉	鶏豚ハンバーグ・豆腐・牛乳・豆乳	コーン・玉ねぎ・きゅうり・人参・キャベツ・長ねぎ・オレンジ	SBハンシの王子さま顆粒・精製塩・水・バター・出し汁・醤油・ココアパウダー・ベーキングパウダー	牛乳	アレルギー	アレルギー
28	金	●舞茸ご飯 ●鮭とキャベツの甘酢バター炒め ●かぶと豚肉の煮物 みそ汁(ごぼう・油揚げ) フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・バター・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ツナフレック缶・牛乳・鮭・豚肉・味噌・油揚げ	かぶ・キャベツ・ごぼう・バナナ・玉ねぎ・人参・水菜・舞茸	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳	アレルギー	アレルギー
29	土	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉のから揚げがらめ 白菜の煮浸し みそ汁(ほうれん草・しめじ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌	しめじ・ほうれん草・人参・生姜・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	アレルギー	アレルギー
30	日	ご飯 高野豆腐の豆乳クリーム焼き 鶏レバーのケチャップ煮 スープ(かぶ・ワカメ)	うどん・ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ツナフレック缶・牛乳・鶏レバー・鶏肉・高野豆腐・豆乳	かぶ・キャベツ・コーン・パセリ・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参	ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳	アレルギー	アレルギー

※3色食品群は食品中に含まれる栄養素を見た目で分か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。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。