



アレルギー表示

●卵 ▲乳



| 日付 | 曜日 | 昼食 | 主な材料と体内での働き | | | | おやつ(午前) | | おやつ(午後) |
|----|----|--|--------------------------|--|--|---|-------------------|------------------------|--|
| | | | 主にかからだをつくるもの | 主にかからだの調子を整えるもの | 主に熱や力のもとになるもの | その他 | 献立 | 献立 | |
| 1 | 月 | マーマレードチキン 小松菜とえのきのごま和え ごはん スープ | 鶏肉 | 小松菜・人参・えのきたけ 白菜・さやいんげん | 小麦粉・油・マーマレード 白ごま 米(国産) | 塩・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし コンソメ | ▲ウエハース | のり塩ポテトボール 牛乳 | じゃが芋・でん粉・塩 マヨネーズタイプ(卵不使用)・あおさのり ▲牛乳 |
| 2 | 火 | ケチャップライス ほうれん草とキャベツのおかか和え スープ | ウインナー かつお節 | 人参・玉ねぎ・ドライイセリ ほうれん草・キャベツ 玉ねぎ・コーン | 米(国産)・油 じゃが芋 | トマトケチャップ・コンソメ・塩 醤油・本みりん・だし コンソメ | ▲ビスコ | ジャムサンド 牛乳 | ▲食パン いちごジャム ▲牛乳 |
| 4 | 木 | 鶏肉と野菜の甘酢炒め 胡瓜と大根のしらす和え 麦入りごはん 味噌汁 | 鶏肉 しらす 豆腐・赤みそ・白みそ | れんこん・玉ねぎ・人参 きゅうり・大根 ほうれん草 | さつまいも・油・砂糖・でん粉 米(国産)・押麦 | 酢・醤油・トマトケチャップ・鶏がらスープ 醤油・本みりん・だし だし | ルヴァン | さつまいもトースト 牛乳 | さつまいも・ホットケーキミックス 油 ▲牛乳 |
| 5 | 金 | 味噌ラーメン 高野豆腐の煮物 フルーツ(オレンジ) | 豚肉・赤みそ 凍り豆腐 | 玉ねぎ・人参・キャベツ・青ねぎ・にんにく・しょうが さやいんげん オレンジ | 中華種・油・ごま油 砂糖 | 鶏がらスープ・塩・醤油 だし・醤油・本みりん | ▲エースコイン | わかめおにぎり | 米(国産) わかめご飯の素 |
| 6 | 土 | 和風あんかけ丼 うすあげと小松菜の煮浸し 味噌汁 | 牛肉 油揚げ 赤みそ・白みそ | 玉ねぎ・赤パプリカ・キャベツ・さやいんげん 小松菜・人参 太もやし・青ねぎ | 米(国産)・油・砂糖・でん粉 砂糖 じゃが芋 | だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし | アスパラガス ビスケット | 市販菓子 | クラッカー ぼたぼた焼き |
| 8 | 月 | 麻婆丼 じゃが芋のマヨ焼 スープ | 豆腐・豚ひき肉・赤みそ | しょうが・にんにく・玉ねぎ 大根・チンゲン菜・わかめ | 米(国産)・油・砂糖・でん粉 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)・塩 | 醤油・料理酒・鶏がらスープ 鶏がらスープ | ▲ウエハース | せんべい風お焼き 牛乳 | 米(国産)・油 醤油・砂糖 ▲牛乳 |
| 9 | 火 | 豚肉と野菜の甘酢炒め ブロッコリーサラダ 麦入りごはん 味噌汁 | 豚肉 赤みそ・白みそ | 玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン ブロッコリー・人参 小松菜 | 油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 じゃが芋 | 醤油・本みりん・料理酒 塩 だし | ルヴァン | りんご蒸しパン 牛乳 | ホットケーキミックス・砂糖 りんごジュース・りんご ▲牛乳 |
| 10 | 水 | 鶏肉の唐揚げ ひじきサラダ ごはん 味噌汁 | 鶏肉 赤みそ・白みそ | しょうが ひじき・人参・ブロッコリー・コーン 太もやし・小松菜 | 小麦粉・でん粉・油 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) さつまいも | 醤油・料理酒 だし・醤油・本みりん だし | アスパラガス ビスケット | お好み焼き 牛乳 | お好み焼き粉・豚肉・キャベツ・人参 油・とんかつソース・あおさのり・かつお節 ▲牛乳 |
| 11 | 木 | 白身魚のムニエル きのこのソテー ごはん スープ | ホキ ウインナー | 玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ・干しいたけ ほうれん草・キャベツ | 小麦粉・油 米(国産) | 塩・トマトケチャップ コンソメ コンソメ | ▲雪の信 | 黒糖マフィン 牛乳 | ホットケーキミックス・黒砂糖 油 ▲牛乳 |
| 12 | 金 | カレーライス ちくわと野菜のサラダ フルーツ(オレンジ) | 豚肉 ちくわ | 玉ねぎ・人参 大根・きゅうり・黄ピーマン オレンジ | 米(国産)・押麦・じゃが芋・油 油・砂糖 | カレーフレーク 酢・醤油 | ▲ビスコ | ぶどうかん 牛乳 | 寒天・ぶどうジュース 砂糖 ▲牛乳 |
| 13 | 土 | きつねうどん ツナとカリフラワーのソテー フルーツ(黄桃) | 油揚げ ツナフレーク | 白菜・人参・わかめ・青ねぎ・だし昆布 カリフラワー・玉ねぎ・グリーンピース 黄桃(缶詰) | うどん・砂糖 油 | だし・醤油・本みりん・塩 鶏がらスープ | ルヴァン | 市販菓子 | ほりんこ アスパラガスビスケット |
| 15 | 月 | 豚肉と野菜のソース炒め ほうれん草のおかか和え ごはん 味噌汁 | 豚肉 かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ | キャベツ・玉ねぎ・あおさのり ほうれん草・人参 チンゲン菜 | 油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) | だし・とんかつソース 醤油・本みりん・だし だし | ▲ビスコ | ヨーグルトかん 牛乳 | 寒天・砂糖 ▲ヨーグルト・ブルーベリージャム ▲牛乳 |
| 16 | 火 | ハヤシライス ポテトサラダ フルーツ(パイナップル) | 牛肉 | 玉ねぎ・人参・しめじ きゅうり・赤ピーマン パイナップル(缶詰) | 米(国産)・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) | ハヤシシロ・トマトケチャップ 塩 | ほりんこ | 豚おねお焼き 牛乳 | 米(国産)・でん粉・塩・青ねぎ 豚肉・醤油・本みりん・ごま油 ▲牛乳 |
| 17 | 水 | アジの味噌天ぷら 切干大根とチンゲン菜の酢の物 ごはん 味噌汁 | あじ 赤みそ・白みそ | 切干大根・チンゲン菜・人参 白菜・太もやし | 砂糖・小麦粉・油 砂糖 米(国産) | 醤油・本みりん 酢・醤油 だし | ルヴァン | バナナケーキ 牛乳 | ホットケーキミックス・砂糖 バナナ・油 ▲牛乳 |
| 18 | 木 | そぼろ肉うどん かぼちゃの天ぷら フルーツ(りんご) | 鶏ひき肉 | しめじ・玉ねぎ・人参・青ねぎ・だし昆布 かぼちゃ りんご | うどん・砂糖 天ぷら粉・油 | だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 | たべっちベイビー ビスケット | 梅おにぎり | 米(国産) 練り梅 |
| 19 | 金 | 白身魚の磯辺揚げ キャベツと人参のゆかり和え ごはん すまし汁 | たら 豆腐 | あおさのり キャベツ・人参 ほうれん草・えのきたけ | 天ぷら粉・油 米(国産) | 塩 醤油・本みりん・だし・ゆかり だし・醤油・塩 | 重型せんべい | レース入りクッキー 牛乳 | 小麦粉・ベーキングパウダー・油 砂糖・塩・レース ▲牛乳 |
| 20 | 土 | 鶏ピピン丼 うす揚げと白菜の煮浸し 中華スープ | 鶏肉 油揚げ | ほうれん草・太もやし・大根・人参 白菜・干しいたけ 玉ねぎ・わかめ・さやいんげん | 米(国産)・油・白ごま・ごま油・砂糖 砂糖 | 味噌のたれ・醤油・本みりん・鶏がらスープ・酢 醤油・本みりん・だし 鶏がらスープ・醤油・塩 | アスパラガス ビスケット | 市販菓子 重型せんべい | クラッカー 重型せんべい |
| 22 | 月 | ハンバーグトマトきのこソース ツナサラダ ごはん スープ | ハンバーグ ツナフレーク | エリンギ・えのきたけ ブロッコリー・人参・コーン・レモン果汁 ほうれん草・キャベツ | 油・砂糖 砂糖・オリーブ油 米(国産) じゃが芋 | コンソメ・トマトケチャップ 酢・塩・醤油 コンソメ | ▲エースコイン | フルーツポンチ 牛乳 | 寒天・砂糖 りんご・黄桃(缶詰) ▲牛乳 |
| 24 | 水 | 豚肉と豆腐の炒め物 かぼちゃの甘煮 ごはん 味噌汁 | 豚肉・豆腐 赤みそ・白みそ | 玉ねぎ・人参・小松菜・まいたけ・しょうが かぼちゃ 大根・白菜・青ねぎ | 油・砂糖・ごま油 砂糖 米(国産) | 醤油・鶏がらスープ・料理酒・塩 だし | ルヴァン | 炒めビーフン 牛乳 | ビーフン・豚肉・でん粉・油・玉ねぎ 人参・しめじ・鶏がらスープ・醤油 ▲牛乳 |
| 25 | 木 | ポトフ フライドチキン ロールパン オレンジかん | ウインナー 鶏肉 | 人参・玉ねぎ・ドライイセリ 寒天・オレンジジュース | じゃが芋 小麦粉・でん粉・油 ▲ロールパン 砂糖 | コンソメ・塩 鶏がらスープ | ▲ビスコ | お誕生日ケーキ (洋ナシ) 牛乳 | 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・油 豆腐・洋梨(缶詰)・▲ホイップクリーム ▲牛乳 |
| 26 | 金 | サバの塩焼 ひじき煮 麦入りごはん 味噌汁 | さば 赤みそ・白みそ | ひじき・人参・グリーンピース 太もやし・ほうれん草 | 油 つきごんにやく・油・砂糖 米(国産)・押麦 | 塩 だし・醤油・料理酒 だし | ▲ウエハース | 黒糖ラスク 牛乳 | ▲食パン・▲バター 黒砂糖 ▲牛乳 |
| 27 | 土 | のっぺいうどん チンゲン菜と太もよしの塩昆布和え フルーツ(オレンジ) | 鶏肉 | 大根・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布 チンゲン菜・太もやし・人参・塩昆布 オレンジ | うどん・でん粉 米(国産) じゃが芋 | だし・醤油・本みりん・塩 だし | たべっちベイビー ビスケット | 市販菓子 | クラッカー ぼたぼた焼き |
| 29 | 月 | 豚肉とごぼうのしぐれ煮 キャベツの梅風味和え ごはん 味噌汁 | 豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ | 玉ねぎ・人参・ごぼう・しょうが キャベツ・小松菜・練り梅 わかめ | 砂糖 米(国産) | だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん だし | アスパラガス ビスケット | 大学芋 牛乳 | さつまいも・油 砂糖・黒ごま ▲牛乳 |
| 30 | 火 | 鶏肉のゆかり揚げ 平天とブロッコリーのソテー ごはん 味噌汁 | 鶏肉 平天 赤みそ・白みそ | ブロッコリー・玉ねぎ・人参 チンゲン菜 | 天ぷら粉・油 油 米(国産) じゃが芋 | 塩・ゆかり コンソメ だし | ほりんこ | パイナップル蒸しパン 牛乳 | 小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・パイナップル(缶詰) ▲牛乳 |

幼児 栄養価の平均 エネルギー(1日) 551kcal たんぱく質(1日) 18.5g 脂質(脂) 16.2g カルシウム(Ca) 165mg 食塩相当量(食塩) 1.9g

乳児 栄養価の平均 エネルギー(1日) 484kcal たんぱく質(1日) 15.3g 脂質(脂) 14.8g カルシウム(Ca) 155mg 食塩相当量(食塩) 1.6g

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

★ 午前おやつは、乳児のみとなります。



アレルギー表示

▲乳



| 日付 | 曜日 | 昼食 | 主な材料と体内での動き | | | | 献立 | 献立 | おやつ(午後) |
|----|----|---|--------------------------|--|--|---|------------------|------------------|---|
| | | | 主にからだをつくるもの | 主にからだの調子を整えるもの | 主に熱や力のもとになるもの | その他 | | | |
| 1 | 月 | マーメイド子キン 小松菜とえのきの和えもの 軟飯 スープ | 鶏肉 | 小松菜・人参・えのきたけ 白菜・さやいんげん | 小麦粉・油・マーメイド 米(国産) | 塩・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし コンソメ | ▲ウエハース | のり塩ポテトボール | じゃが芋・でん粉・塩 マヨネーズタイプ(卵不使用)・あおさのり |
| 2 | 火 | ケチャップライス ほうれん草とキャベツのおかか和え スープ | ウインナー かつお節 | 人参・玉ねぎ・ドライパセリ ほうれん草・キャベツ 玉ねぎ・コーン | 米(国産)・油 じゃが芋 | トマトケチャップ・コンソメ・塩 醤油・本みりん・だし コンソメ | ハイハイ | ジャムサンド | ▲食パン いちごジャム |
| 4 | 木 | 鶏肉と野菜の甘辛炒め 胡瓜と大根のしらす和え 軟飯 味噌汁 | 鶏肉 しらす 豆腐・赤みそ・白みそ | れんこん・玉ねぎ・人参 きゅうり・大根 ほうれん草 | さつまいも・油・砂糖・でん粉 米(国産) | 酢・醤油・トマトケチャップ・鶏がらスープ 醤油・本みりん・だし | 野菜ハイハイ | さつまいも入りケーキ | さつまいも・ホットケーキミックス 油 |
| 5 | 金 | 味噌ラーメン 高野豆腐の煮物 フルーツ(オレンジ) | 豚肉・赤みそ 凍り豆腐 | 玉ねぎ・人参・キャベツ・青ねぎ・しょうが さやいんげん オレンジ | 中華麺・油 砂糖 | 鶏がらスープ・塩・醤油 だし・醤油 | ハイハイ | わかめ入り軟飯 | 米(国産) わかめご飯の素 |
| 6 | 土 | 和風あんかけ丼(軟飯) うすあげと小松菜の煮浸し 味噌汁 | 豚肉 油揚げ 赤みそ・白みそ | 玉ねぎ・キャベツ・さやいんげん 小松菜・人参 太もやし・青ねぎ | 米(国産)・油・砂糖・でん粉 砂糖 じゃが芋 | だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし | ベビーせんべい | 市販菓子 | おやさいぼー(さつまいも) たべっ子ベビービスケット |
| 8 | 月 | 麻婆丼(軟飯) じゃが芋のマヨ焼 スープ | 豆腐・豚ひき肉・赤みそ | しょうが・玉ねぎ 大根・チンゲン菜・わかめ | 米(国産)・油・砂糖・でん粉 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)・油 | 醤油・料理酒・鶏がらスープ 鶏がらスープ | ▲ウエハース | せんべい風お焼き | 米(国産)・油 醤油・砂糖 |
| 9 | 火 | 豚肉と野菜の甘辛炒め ブロッコリーサラダ 軟飯 味噌汁 | 豚肉 赤みそ・白みそ | 玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン ブロッコリー・人参 小松菜 | 油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) じゃが芋 | 醤油・本みりん・料理酒 塩 | ハイハイ | りんごかん | 寒天・りんごジュース 砂糖 |
| 10 | 水 | 鶏肉の照り煮 ひじきサラダ 軟飯 味噌汁 | 鶏肉 赤みそ・白みそ | しょうが ひじき・人参・ブロッコリー・コーン 太もやし・小松菜 | でん粉 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) さつまいも | 醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・本みりん | ▲マンナ ビスケット | お好み焼き | お好み焼き粉・豚肉・キャベツ・人参 油・とんかつソース・あおさのり・かつお節 |
| 11 | 木 | 白身魚のムニエル きのこのソテー 軟飯 スープ | ホキ ウインナー | 玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ・干しいたけ ほうれん草・キャベツ | 小麦粉・油 油 米(国産) | 塩・トマトケチャップ コンソメ コンソメ | おやさいぼー | 黒糖マフィン | ホットケーキミックス・黒砂糖 油 |
| 12 | 金 | 豚肉と野菜のコンソメ煮 ちくわと野菜のサラダ 軟飯 フルーツ(オレンジ) | 豚肉 ちくわ | 玉ねぎ・人参 大根・きゅうり・黄ピーマン オレンジ | じゃが芋 油・砂糖 米(国産) | コンソメ・塩 酢・醤油 | たべっ子ベビー ビスケット | ぶどうかん | 寒天・ぶどうジュース 砂糖 |
| 13 | 土 | きつねうどん ツナとカリフラワーのソテー フルーツ(黄桃) | 油揚げ ツナフレーク | 白菜・人参・わかめ・青ねぎ・だし昆布 カリフラワー・玉ねぎ・グリーンピース 黄桃(缶詰) | うどん・砂糖 油 米(国産) | だし・醤油・本みりん・塩 鶏がらスープ | ハイハイ | 市販菓子 | たべっ子ベビー ビスケット おやさいぼー(さつまいも) |
| 15 | 月 | 豚肉と野菜のソース炒め ほうれん草のおかか和え 軟飯 味噌汁 | 豚肉 かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ | キャベツ・玉ねぎ・あおさのり ほうれん草・人参 チンゲン菜 | 油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) | だし・とんかつソース 醤油・本みりん・だし | ▲マンナ ビスケット | ヨーグルトかん | 寒天・砂糖 ▲ヨーグルト・ブルーベリージャム |
| 16 | 火 | ハヤシライス(軟飯) ポテトサラダ フルーツ(パイ) | 牛肉 | 玉ねぎ・人参・しめじ きゅうり・赤ピーマン パイ(缶詰) | 米(国産)・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) | ハヤシルー・トマトケチャップ 塩 | 野菜ハイハイ | 豚ねぎお焼き | 米(国産)・でん粉・塩・青ねぎ 豚肉・醤油・本みりん |
| 17 | 水 | 白身魚と玉ねぎの煮物 切干大根とチンゲン菜の酢の物 軟飯 味噌汁 | ホキ 赤みそ・白みそ | 玉ねぎ 切干大根・チンゲン菜・人参 白菜・太もやし | 砂糖 米(国産) | 本みりん・醤油 酢・醤油 | おやさいぼー | バナナケーキ | ホットケーキミックス・砂糖 バナナ・油 |
| 18 | 木 | そぼろ肉うどん 焼かぼちゃ フルーツ(りんご) | 鶏ひき肉 | しめじ・玉ねぎ・人参・青ねぎ・だし昆布 かぼちゃ りんご | うどん・砂糖 油 | だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 | たべっ子ベビー ビスケット | 梅入り軟飯 | 米(国産) 練り梅 |
| 19 | 金 | 白身魚のおおき焼 キャベツと人参のゆかり和え 軟飯 すまし汁 | たら 豆腐 | あおさのり キャベツ・人参 ほうれん草・えのきたけ | 油 米(国産) | 塩 醤油・本みりん・だし・ゆかり だし・醤油・塩 | ベビーせんべい | レース入りクッキー | 小麦粉・ベーキングパウダー・油 砂糖・塩・レース |
| 20 | 土 | 鶏ピピン丼(軟飯) うす揚げと白菜の煮浸し 中華スープ | 鶏肉 油揚げ | ほうれん草・太もやし・大根・人参 白菜・干しいたけ 玉ねぎ・わかめ・さやいんげん | 米(国産)・油・砂糖 砂糖 | 醤油・本みりん・鶏がらスープ・酢 醤油・本みりん・だし 鶏がらスープ・醤油・塩 | ハイハイ | 市販菓子 | ベビーせんべい たべっ子ベビービスケット |
| 22 | 月 | ハンバーグトマトソース ツナサラダ 軟飯 スープ | ハンバーグ ツナフレーク | エリンギ・えのきたけ ブロッコリー・人参・コーン・レモン果汁 ほうれん草・キャベツ | 油・砂糖 砂糖・オリーブ油 米(国産) じゃが芋 | コンソメ・トマトケチャップ 酢・塩・醤油 コンソメ | ベビーせんべい | フルーツポンチ | 寒天・砂糖 りんご・黄桃(缶詰) |
| 24 | 水 | 豚肉と豆腐の炒め物 かぼちゃの甘煮 軟飯 味噌汁 | 豚肉・豆腐 赤みそ・白みそ | 玉ねぎ・人参・小松菜・まいたけ・しょうが かぼちゃ 大根・白菜・青ねぎ | 油・砂糖 砂糖 米(国産) | 醤油・鶏がらスープ・料理酒 | おやさいぼー | 炒めビーフン | ビーフン・豚肉・でん粉・油・玉ねぎ 人参・しめじ・鶏がらスープ・醤油 |
| 25 | 木 | ポトフ フライドチキン ロールパン オレンジかん | ウインナー 鶏肉 | 人参・玉ねぎ・ドライパセリ 寒天・オレンジジュース | じゃが芋 小麦粉・でん粉・油 ▲ロールパン 砂糖 | コンソメ・塩 鶏がらスープ | たべっ子ベビー ビスケット | お誕生日ケーキ (洋ナシ) | 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・油 豆腐・洋梨(缶詰)・▲ホイップクリーム |
| 26 | 金 | 白身魚の甘辛焼 ひじき煮 軟飯 味噌汁 | ホキ 赤みそ・白みそ | ひじき・人参・グリーンピース 太もやし・ほうれん草 | 砂糖・油 つきこんやく・油・砂糖 米(国産) | 醤油・料理酒 だし・醤油・料理酒 | ▲ウエハース | 黒糖ラスク | ▲食パン・▲バター 黒砂糖 |
| 27 | 土 | のっぺいうどん チンゲン菜とまよしの塩昆布和え フルーツ(オレンジ) | 鶏肉 | 大根・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布 チンゲン菜・太もやし・人参・塩昆布 オレンジ | うどん・でん粉 | だし・醤油・本みりん・塩 | ハイハイ | 市販菓子 | たべっ子ベビービスケット おやさいぼー(さつまいも) |
| 29 | 月 | 豚肉とごぼうのしぐれ煮 キャベツの梅風味和え 軟飯 味噌汁 | 豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ | 玉ねぎ・人参・ごぼう・しょうが キャベツ・小松菜・練り梅 わかめ | 砂糖 米(国産) | だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん | 野菜ハイハイ | 大学芋風 | さつまいも・油 砂糖 |
| 30 | 火 | 鶏肉のゆかり焼き 平天とブロッコリーのソテー 軟飯 味噌汁 | 鶏肉 平天 赤みそ・白みそ | ブロッコリー・玉ねぎ・人参 チンゲン菜 | 油 米(国産) じゃが芋 | ゆかり・塩 コンソメ | ▲マンナ ビスケット | パン蒸しパン | 小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・パン(缶詰) |

栄養価の平均 エネルギー(1食) 317kcal たんぱく質(たん) 10.8g 脂質(脂) 7.0g カルシウム(Ca) 93mg 食塩相当量(食塩) 1.2g

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。