



9月キッズメニュー



(株)サンフース
 TEL 045(934)2600 担当栄養士
 FAX 045(934)2947 伊藤 志穂美・田淵 愛

日付	曜日	献立	エネルギー (kcal)	たんぱく (g)	熱や力に なる食品	血や肉に なる食品	体の調子を 整える食品	日付	曜日	献立	エネルギー (kcal)	たんぱく (g)	熱や力に なる食品	血や肉に なる食品	体の調子を 整える食品
1	金	コーンたっぷりフライ ミニキュウザ・大根サラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	382	12.2	米・ゴマ じゃが芋 油・小麦粉	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	コーン・玉葱・キャベツ 人参・大根・スナップエンドウ	15	金	ミニ南瓜コロケ 肉シューマイ・ひじき煮 おかかふりかけごはん・フルーツ	382	12.4	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・中華種	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 油揚げ	キャベツ・人参 ひじき・玉葱 南瓜・インゲン
2	土	ベビーバターコロケ 豆腐シューマイ・ツナサラダ ふりかけごはん・フルーツ	383	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 タラ・豆腐・ツナ	チンゲン菜・キャベツ 人参・玉葱・インゲン	16	土	ホイコーロー 青菜ソテー・スパゲティサラダ ふりかけごはん・フルーツ	383	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 スパゲティ	卵・牛乳 豚肉	キャベツ・人参 チンゲン菜・玉葱
4	月	ポークカレー・ベイクドエッグポテト シェルマカロニサラダ ごはん・フルーツ	384	12.1	米・じゃが芋 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・カニ	コーン 玉葱・人参	19	火	ミートマカロニソテー エビシューマイ・コールスローサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	384	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 エビ・タラ	玉葱・人参・トマト キャベツ・コーン
5	火	メンチカツ・卵ロール・花かんも煮 おかかふりかけごはん・マンゴープリン	385	12.4	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・さつまい ゴマ・さつまい	卵・豚肉・鶏肉 牛肉・かんも ハム・牛乳	キャベツ・コーン 玉葱・トマト・人参・インゲン	20	水	焼肉・肉団子カレー煮・カニサラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	383	12.1	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 カニ・タラ	キャベツ・人参 玉葱・コーン
6	水	豚肉生姜焼 肉団子トマト煮・切干大根サラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	383	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 カニ・タラ	キャベツ・人参 トマト・大根・コーン	21	木	チキンカレー・ミニペンネサラダ コーンコロケ・ごはん・フルーツ	385	12.5	米・小麦粉 油・じゃが芋 マカロニ	卵・牛乳 鶏肉	コーン 玉葱・人参
7	木	照焼ハンバーグ・オムレツ ちくわのマヨネーズ和え おかかふりかけごはん・フルーツ	382	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 牛肉・タラ	トマト・玉葱 フロッキー・人参	22	金	コーンメンチカツ 大根ツナサラダ・粉ふき芋 たらこふりかけごはん・カクテルゼリー	382	12.2	米・じゃが芋 ゴマ・小麦粉 油・スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 牛肉・ツナ・豆乳	玉葱・コーン・大根 トマト・人参・フロッキー
8	金	コーンクリームコロケ 人参金平・里芋サラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	384	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・鶏肉 牛乳・生クリーム	玉葱・人参・コーン 里芋・フロッキー	25	月	紫芋コロケ 肉団子トマト煮・大根人参煮 おかかふりかけごはん・フルーツ	383	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 紫芋・じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	トマト・大根 人参・インゲン
9	土	おさつコロケ・千草焼 チーズ入焼かまぼこ ふりかけごはん・フルーツ	383	12.1	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・さつまい	卵・牛乳・鶏肉 チーズ・タラ	玉葱・ネギ・人参 フロッキー・コーン・インゲン	26	火	ハンバーグ〜トマトソース 青菜コーンソテー・ひじきサラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	384	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・牛肉	玉葱・コーン・人参 チンゲン菜・トマト 枝豆・ひじき・フロッキー
11	月	ローズ豚カツ・ツナサラダ しまじろう高野豆腐煮 おかかふりかけごはん・いちご杏仁豆腐	382	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 豚肉・豆腐・ツナ	キャベツ コーン・フロッキー	27	水	野菜コロケ 肉シューマイ・茄子の甘味噌かけ おかかふりかけごはん・フルーツ	382	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	人参・コーン・玉葱 キャベツ・茄子・フロッキー
12	火	ポークビーンズ カニシューマイ・ミニペンネサラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	381	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 豚肉・大豆 カニ・エビ・タラ	人参・コーン・玉葱 グリーンピース・トマト	28	木	キュウザの野菜あん さつまい芋甘煮・マカロニサラダ たらこふりかけごはん・杏仁豆腐	381	12.1	米・さつまい 油・マカロニ ゴマ・小麦粉	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	キャベツ・人参・玉葱 白菜・グリーンピース
13	水	カニクリームコロケ コーンピースオムレツ・肉団子照煮 おかかふりかけごはん・フルーツ	385	12.3	米・小麦粉 油・ゴマ じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・カニ	玉葱・コーン キャベツ・人参・インゲン	29	金	ポークチャップ 春雨サラダ・カレー風味粉ふき芋 おかかふりかけごはん・フルーツ	385	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 春雨・じゃが芋	卵・牛乳 豚肉	キャベツ・人参 トマト・玉葱・コーン
14	木	八宝菜・ふんわり豆腐ナゲット マカロニケチャップソテー たらこふりかけごはん・フルーツ	384	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 サバ・おから 豆腐・鶏肉・豚 肉	白菜・人参・玉葱・トマト グリーンピース・フロッキー	30	土	ハムカツ・さくらシューマイ 人参金平・ふりかけごはん・フルーツ	383	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 カニ・タラ	玉葱・人参・大根 コーン・インゲン

※ 食材の仕入の都合上、メニューを変更させていただく場合がありますので、ご了承ください。

