



5月キッズメニュー



(株)サンフース
TEL 045(934)2600
FAX 045(934)2947

担当栄養士
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	月	ギョーザの野菜あん ペイクドパンフキン・シュルマカロニサラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	384	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	玉葱・人参 南瓜・白菜・キャベツ	19	金	栗南瓜コロッケ カニシューマイ・青菜ソテー たらこふりかけごはん・フルーツ	382	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 スパゲティ	卵・牛乳 豚肉・カニ エビ・タラ	玉葱・人参・トマト 南瓜・小松菜・インゲン
2	火	クリームシチュー おからポテト・オムレツ さけふりかけごはん・フルーツ	383	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳・サケ 鶏肉・タラ・おから ハム・生クリーム	玉葱・人参 コーン・キャベツ	20	土	おさつコロッケ 大根煮物・コールスローサラダ ふりかけごはん・フルーツ	381	12.2	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・さつまい	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	玉葱・人参・コーン 大根・キャベツ・フロッコリー
8	月	照焼ハンバーグ ちくわのマヨネーズ和え・田舎煮 さけふりかけごはん・フルーツ	381	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 ビーフン	卵・牛乳 鶏肉・牛肉・サケ 豚肉・タラ・油揚げ	玉葱・大根・人参 トマト・キャベツ・フロッコリー	22	月	ポークチャップ さつまい芋甘煮・シュルマカロニサラダ さけふりかけごはん・いちご杏仁豆腐	384	12.4	米・小麦粉 油・さつまい ゴマ・マカロニ	卵・牛乳 豚肉・サケ・タラ	玉葱・人参 トマト・キャベツ
9	火	焼肉・野菜コロッケ・ひじきサラダ たらこふりかけごはん・マンゴープリン	382	12.1	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 豚肉	玉葱・コーン 人参・ひじき・キャベツ	23	火	ハンバーグ〜トマトソース ギョーザ・枝豆サラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	382	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・牛肉・豚肉	玉葱・人参・枝豆・コーン トマト・キャベツ・フロッコリー
10	水	メンチカツ チキンマトオムレツ・ウインナー さけふりかけごはん・フルーツ	385	12.4	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・さつまい	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 サケ・タラ・牛肉	玉葱・コーン 人参・トマト・インゲン	24	水	ホイコーロー コーンたっぷりフライ・ミニペンネサラ ダ さけふりかけごはん・フルーツ	384	12.4	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・マカロニ	卵・牛乳 豚肉・サケ・タラ	玉葱・人参 コーン・キャベツ
11	木	カレーのクリームフライ 卵ロール・肉団子トマト煮 たらこふりかけごはん・フルーツ	384	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 鶏肉	玉葱・人参・トマト インゲン・キャベツ	25	木	南瓜のクリームシチュー エビカツ・肉団子カレー煮 たらこふりかけごはん・フルーツ	382	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉	牛乳・鶏肉 イカ・エビ 生クリーム	玉葱・人参 南瓜
12	金	ポークビーンズ・たこ焼・カニサラダ さけふりかけごはん・フルーツ	383	12.4	米・ゴマ 油・山芋 小麦粉	卵・牛乳 豚肉・大豆・サケ カニ・タラ・タコ	人参・コーン ネギ・トマト・キャベツ	26	金	豆腐ハンバーグ 粉ふき芋・大根ツナサラダ さけふりかけごはん・フルーツ	385	12.3	米・小麦粉 油・じゃが芋 スパゲティ	卵・牛乳 タラ・ツナ サケ・豆腐・おから	玉葱・人参 枝豆・ひじき・トマト れんこん・大根・コーン
13	土	カレーコロッケ ハムステーキ・チーズかまぼこ ふりかけごはん・フルーツ	382	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 タラ・チーズ	玉葱・人参 コーン・インゲン	27	土	コーンメンチカツ ペイクドポテト・人参金平 ふりかけごはん・フルーツ	382	12.2	米・ゴマ 油・じゃが芋 春雨・小麦粉	卵・牛乳 鶏肉・豚肉・牛肉	人参・コーン 玉葱・インゲン
15	月	ポークカレー・豆腐ナゲット 肉シューマイ・ごはん・フルーツ	381	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 サバ・豆腐・おから	玉葱・人参 枝豆	29	月	おき焼風煮 肉団子トマト煮・ひじきサラダ たらこふりかけごはん・カクテルゼリー	381	12.1	米・ゴマ 油・春雨 小麦粉	卵・牛乳 豚肉・鶏肉・豆乳	玉葱・人参・白菜 枝豆・ひじき・トマト
16	火	八宝菜・かに玉ボール・切干大根サラダ さけふりかけごはん・フルーツ	384	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 豚肉・鶏肉 サケ・タラ・カニ	玉葱・人参・コーン 大根・白菜・グリーンピース	30	火	チキンカレー・コーンコロッケ たこウインナー・ごはん・フルーツ	384	12.4	米・小麦粉 油・じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	玉葱・人参 コーン・ワカメ・キャベツ
17	水	エビのビスコ風揚げ たこウインナー・肉団子照煮 たらこふりかけごはん・フルーツ	385	12.5	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 エビ・タラ	玉葱・人参 トマト・コーン・インゲン	31	水	牛肉コロッケ 肉シューマイ・ナポリタン たらこふりかけごはん・フルーツ	385	12.5	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉・牛肉	玉葱・人参・トマト コーン・キャベツ・フロッコリー
18	木	鶏すき煮・花がんと煮・ツナサラダ さけふりかけごはん・フルーツ	383	12.3	米・ゴマ 油・春雨 小麦粉	卵・牛乳 鶏肉・サケ ツナ・タラ・がんも	玉葱・人参 白菜・コーン・キャベツ								

※ 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。

