



6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 山田 由紀

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	土	ベビーバターコロッケ 星真丈・青菜ソテー ふりかけごはん・フルーツ	380	12.1	米・じゃが芋 油・小麦粉 ゴマ・マカロニ	豆腐・牛乳 サケ・タラ 卵・サバ	チンゲン菜・トマト レンコン・人参・ワカメ 玉葱・ほうれん草・インゲン	17	月	ポークカレー・チキンリング カニ入りコールスローサラダ ごはん・フルーツ	382	12.4	米・油 小麦粉	卵・牛乳・豚肉 卵・カニ・タラ	玉葱・コーン・人参 ブロッコリー・キャベツ
3	月	クリームシチュー 千キントマトオムレツ・おからポテト おかかふりかけごはん・フルーツ	383	12.2	米・ゴマ じゃが芋 油・小麦粉	豆乳・おから 牛乳・鶏肉 卵・生クリーム	トマト・ひじき・人参 玉葱・コーン・枝豆	18	火	コーンコロッケ 千キントマトオムレツ・がんも煮 たらこふりかけごはん・フルーツ	382	12.3	米・じゃが芋 油・マカロニ ゴマ・小麦粉	卵・がんも 牛乳・鶏肉	トマト・玉葱・コーン 人参・スナップエンドウ
4	火	豚と大豆の甘味噌炒め たごウインナー・シュルマカロニサラダ たらこふりかけごはん・マンゴープリン	385	12.5	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	牛乳・大豆 卵・豚肉・鶏肉	コーン・玉葱・人参 キャベツ・スナップエンドウ	19	水	ポークビーンズ バイクドエッグポテト・ワカメサラダ おかかふりかけごはん・マンゴープリン	384	12.4	米・ゴマ じゃが芋 油・小麦粉	卵・牛乳 豚肉・大豆	玉葱・トマト ワカメ・人参
5	水	照焼ハンバーグ オムレツ・ハムサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	383	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 スパゲティ	卵・牛乳・ハム 豚肉・鶏肉・牛 肉	インゲン・玉葱・人参 キャベツ・トマト・コーン	20	木	ハンバーグ〜トマトソース ハムサラダ・粉ふき芋 たらこふりかけごはん・フルーツ	383	12.3	米・じゃが芋 ゴマ・小麦粉 油・スパゲティ	牛乳・ハム 卵・鶏肉・牛肉	トマト・玉葱・コーン キャベツ・ブロッコリー
6	木	チキンカレー 肉団子照煮・パンフキンキッシュ風 ごはん・カクテルゼリー	385	12.5	米・油 小麦粉	卵・牛乳 鶏肉・豆乳 カニ・タラ	玉葱・大根 人参・コーン・南瓜	21	金	南瓜のクリームシチュー キャンディチーズ・野菜コロッケ おかかふりかけごはん・フルーツ	385	12.4	米・マカロニ ゴマ・じゃが芋 小麦粉・油	生クリーム 牛乳・鶏肉 卵・チーズ	南瓜・玉葱 人参・コーン
7	金	コーンクリームコロッケ 人参金平・野菜肉巻 おかかふりかけごはん・フルーツ	384	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉	牛乳・豚肉 卵・生クリーム	インゲン・コーン・キャベツ 人参・玉葱・枝豆・ゴボウ	22	土	ホイコーロー 紅白さつま揚げ・星人参甘煮 ふりかけごはん・フルーツ	384	12.3	米・ゴマ 小麦粉・油	タラ・牛乳 卵・サケ・豚肉	キャベツ・インゲン 人参・コーン・ワカメ
8	土	紫芋コロッケ・千草焼 チーズ入焼かまぼこ ふりかけごはん・フルーツ	381	12.1	米・小麦粉 油・紫芋 ゴマ・マカロニ	チーズ・牛乳 卵・サケ・タラ	玉葱・ワカメ・人参 ネギ・インゲン・コーン	24	月	青のりコロッケ 肉団子照煮・切干大根サラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	381	12.0	米・ゴマ じゃが芋 油・小麦粉	鶏肉 卵・牛乳	玉葱・人参・コーン 大根・ブロッコリー
10	月	コーンたっぷりフライ ウインナー・肉団子トマト煮 たらこふりかけごはん・いちご杏仁豆腐	382	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・ツナ	コーン・玉葱・トマト キャベツ・ブロッコリー	25	火	すき焼風煮 肉シューマイ・コンソメポテト おかかふりかけごはん・フルーツ	384	12.3	米・ゴマ じゃが芋 油・小麦粉	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	人参 白菜・玉葱
11	火	豚の生姜焼 花がんも煮・ミニペネササラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	384	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 豚肉・がんも	人参・コーン 玉葱・キャベツ	26	水	コーンメンチカツ 玉子ロール・人参金平 たらこふりかけごはん・フルーツ	382	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳・牛肉 ツナ・鶏肉・豚肉	人参・玉葱 コーン・インゲン
12	水	カニクリームコロッケ ミニ餃子・茄子の甘味噌がけ たらこふりかけごはん・フルーツ	383	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	牛乳・鶏肉 卵・カニ・豚肉	玉葱・スナップエンドウ キャベツ・茄子・人参	27	木	ポークチャップ 南瓜コロッケ・カニサラダ おかかふりかけごはん・杏仁豆腐	383	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・豚肉・カニ 牛乳・鶏肉・タラ	キャベツ・人参・玉葱 トマト・コーン・南瓜
13	木	八宝菜 カレーコロッケ・南瓜大豆サラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	384	12.5	米・ゴマ じゃが芋 油・小麦粉	牛乳・大豆 卵・鶏肉・豚肉	キャベツ・人参・玉葱 コーン・グリーンピース 南瓜・スナップエンドウ	28	金	エビカツ コーンピースオムレツ・ビーフソテー たらこふりかけごはん・フルーツ	382	12.2	米・ゴマ ビーフソ 油・小麦粉	卵・牛乳 サケ・がんも イカ・エビ	コーン・トマト・人参 枝豆・玉葱・キャベツ ひじき・グリーンピース
14	金	鶏の唐揚げ 人参コーンサラダ・ひじき煮 たらこふりかけごはん・フルーツ	383	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 スパゲティ	卵・油揚げ 鶏肉・牛乳	玉葱・コーン・トマト ひじき・インゲン・人参	29	土	ビーンズカレー おからポテト・大根コーンサラダ ごはん・フルーツ	382	12.0	米・油 じゃが芋 小麦粉	おから・豆乳 牛乳・鶏肉 卵・エンドウ豆	コーン・枝豆・大根 玉葱・人参・トマト
15	土	さつま芋フライ 彩り豆腐サンド・白いんげん豆煮 ふりかけごはん・フルーツ	381	12.1	米・ゴマ さつま芋 小麦粉・油	サケ・豆腐 白いんげん豆 卵・牛乳・タラ	コーン・ワカメ 玉葱・ブロッコリー								

※ 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。