



# 11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	金	南瓜コロッケ ウインナー・カレー風味粉ふき芋 たらこふりかけごはん・フルーツ	371	11.4	米・小麦粉・油 ゴマ・じゃが芋	鶏肉・カニ 牛乳・卵・タラ	南瓜・キャベツ スナッフエンドウ・人参	16	土	ヒレカツ 花真丈・豆腐サンド ふりかけごはん・フルーツ	373	11.5	米・小麦粉 ゴマ・油	豚肉・牛乳 豆腐・サバ・卵 サケ・タラ・鶏肉	玉葱・人参・レンコン ひじき・枝豆・コーン ワカメ・フロッコリー
2	土	ハートコロッケ 厚焼玉子・紅白花さつま ふりかけごはん・フルーツ	376	11.9	米・小麦粉 油・スパゲティ ゴマ・じゃが芋	豚肉・牛乳 タラ・サケ・卵	トマト・人参・玉葱 フロッコリー・ワカメ	18	月	ハンバーグ〜トマトソース 青のりポテト・コーンサラダ サケふりかけごはん・イチゴ杏仁豆腐	373	11.5	米・小麦粉 油・スパゲティ ゴマ・じゃが芋	鶏肉・牛乳 牛肉・卵・サケ	キャベツ・コーン・人参 トマト・玉葱・ワカメ スナッフエンドウ・枝豆
5	火	チキンカレー ベイクドエッグポテト・肉団子トマト煮 ごはん・フルーツ	377	12.3	米・じゃが芋 小麦粉・油	牛乳 卵・鶏肉	人参・玉葱 トマト・フロッコリー	19	火	鶏の唐揚げ カレーマヨサラダ・星人参甘煮 たらこふりかけごはん・フルーツ	380	12.2	米・小麦粉・油 ゴマ・マカロニ	鶏肉 卵・牛乳	インゲン・コーン トマト・人参・玉葱
6	水	ポークビーンズ・カニ風味シュウマイ シェルマカロニサラダ サケふりかけごはん・フルーツ	373	11.2	米・ゴマ マカロニ 小麦粉・油	鶏肉・大豆 卵・豚肉・エビ サケ・カニ・タラ	玉葱・トマト ワカメ・コーン グリーンピース・人参	20	水	コーンたっぷりフライ 肉焼売・ウインナー サケふりかけごはん・カクテルゼリー	374	11.8	米・ゴマ じゃが芋 小麦粉・油	豚肉・鶏肉 豆乳・サケ・卵	人参・玉葱・コーン 大根・ワカメ スナッフエンドウ
7	木	コーンクリームコロッケ ひじき煮・ナポリタン たらこふりかけごはん・フルーツ	375	11.6	米・小麦粉・油 ゴマ・スパゲティ	牛乳・油揚げ 生クリーム 白いんげん豆	玉葱・トマト・コーン ひじき・フロッコリー・人参	21	木	ポテトの子リコンカン・コーンピースオムレツ ハムツイストマカロニサラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	384	12.5	米・小麦粉 マカロニ・油 ゴマ・じゃが芋	大豆・牛乳 卵・サケ ハム・鶏肉	トマト・人参・玉葱 コーン・グリーンピース
8	金	焼肉 ミニ餃子・大根ツナサラダ サケふりかけごはん・杏仁豆腐	375	12.1	米・小麦粉 ゴマ・油	ツナ・鶏肉 卵・サケ 豚肉・牛乳	キャベツ・人参・大根 ワカメ・玉葱・コーン	22	金	紫芋コロッケ 花がんと煮・スパゲティソテー サケふりかけごはん・マンゴープリン	374	12.3	米・小麦粉・油 スパゲティ・紫芋 ゴマ・じゃが芋	がんも・サケ 鶏肉・豚肉・牛 乳	玉葱・人参・ワカメ スナッフエンドウ
9	土	さつま芋フライ 木の葉真丈・キャベツボール ふりかけごはん・フルーツ	363	11.7	米・油・小麦粉 ゴマ・さつま芋	豆腐・サバ サケ・タラ 鶏肉・卵・牛乳	玉葱・人参・レンコン チンゲン菜・ワカメ ほうれん草・キャベツ	25	月	ポークカレー さつま芋甘煮・ツナマヨサラダ ごはん・フルーツ	374	12.2	米・小麦粉 油・さつま芋	豚肉・卵 牛乳・ツナ	人参・玉葱 キャベツ・コーン
11	月	ポークチャップ 花がんと煮・ハムサラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	379	12.0	米・ゴマ 小麦粉・油	卵・豚肉・ハム 牛乳・がんも	玉葱・トマト・コーン インゲン・キャベツ・人参	26	火	カレーコロッケ 千キントマトオムレツ・人参金平 サケふりかけごはん・フルーツ	378	12.3	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・マカロニ	サケ 鶏肉・卵	コーン・トマト・ワカメ 玉葱・人参・フロッコリー
12	火	コーンメンチカツ たこウインナー・粉ふき芋 サケふりかけごはん・マンゴープリン	376	12.3	米・小麦粉 油・マカロニ ゴマ・じゃが芋	卵・鶏肉・豚肉 牛肉・牛乳・サケ	コーン・玉葱・ワカメ 人参・スナッフエンドウ	27	水	豚バラ大根 千キンリング・コールスローサラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	374	11.6	米・小麦粉 油・ゴマ	卵・豚肉 鶏肉・牛乳	人参・玉葱・大根 コーン・フロッコリー キャベツ・インゲン
13	水	クリームシチュー オムレツ・コーンコロッケ たらこふりかけごはん・フルーツ	375	11.7	米・小麦粉・油 ゴマ・じゃが芋	生クリーム・卵 牛乳・鶏肉	人参・枝豆 コーン・玉葱	28	木	照焼ハンバーグ 野菜コロッケ・焼ビーフン サケふりかけごはん・杏仁豆腐	376	11.9	米・小麦粉 油・ビーフン ゴマ・じゃが芋	鶏肉・タラ サケ・牛乳 牛肉・カニ・卵	ワカメ・キャベツ スナッフエンドウ 人参・玉葱・コーン
14	木	千キンビーンズ ウインナーソテー・肉団子照煮 サケふりかけごはん・フルーツ	371	11.3	米・小麦粉 ゴマ・油	豚肉・鶏肉 大豆・牛乳・サケ	キャベツ・ワカメ コーン・人参・トマト グリーンピース・玉葱	29	金	千キントマトクリームシチュー ハム克蘭チカツ・バンフキンキッシュ風 たらこふりかけごはん・フルーツ	376	12.4	米・小麦粉 じゃが芋 ゴマ・油	卵・ハム 牛乳・鶏肉 生クリーム	人参・玉葱 トマト・南瓜・枝豆
15	金	八宝菜 スマイルポテト・春雨サラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	384	12.3	米・小麦粉 ゴマ・春雨 油・じゃが芋	豚肉・卵 牛乳・鶏肉	白菜・人参 玉葱・グリーンピース	30	土	おさつコロッケ 赤たこウインナー・オムレツ ふりかけごはん・フルーツ	372	11.7	米・小麦粉 さつま芋・ゴマ じゃが芋・油	豚肉・牛乳 鶏肉・卵・サケ	玉葱・ワカメ 南瓜・フロッコリー

※ 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。

