



1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

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
6	月	千キンクリームシチュー 豚カツ・シェルマカロニサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	383	12.1	米・ゴマ マカロニ 油・小麦粉	卵・豚肉 生クリーム 牛乳・鶏肉	コーン 枝豆・玉葱	20	月	八宝菜・さつま芋甘煮 コーンピースオムレツ おかかふりかけごはん・イチゴ杏仁豆腐	381	12.2	米・ゴマ さつま芋 小麦粉・油	卵・サケ・牛乳 豚肉・鶏肉	白菜・人参・コーン グリーンピース・玉葱
7	火	コーンクリームコロッケ カレー風味粉ふき芋・肉団子トマト煮 サケふりかけごはん・マンゴープリン	383	12.2	米・ゴマ じゃが芋 油・小麦粉	卵・生クリーム 牛乳・鶏肉・サケ	コーン・玉葱・大根・枝豆 ブロッコリー・トマト・ワカメ	21	火	根菜クリームフライ 肉団子甘酢あん・千キンサラダ サケふりかけごはん・フルーツ	380	12.1	米・ゴマ 小麦粉 油・マカロニ	鶏肉・サケ 卵・牛乳	トマト・玉葱・キャベツ ゴボウ・レンコン・ワカメ ブロッコリー・コーン・人参
8	水	ポークカレー 南瓜コロッケ・人参しいしり ごはん・フルーツ	385	12.5	米・油 小麦粉	牛乳 豚肉・ツナ	コーン・玉葱 人参・南瓜	22	水	パンフキンクリームシチュー スマイルポテト・春雨サラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	381	12.0	米・ゴマ じゃが芋・油 春雨・小麦粉	牛乳・鶏肉 卵・生クリーム	玉葱・コーン 人参・南瓜
9	木	ハンバーグ〜トマトソース コーンサラダ・たこウインナー サケふりかけごはん・フルーツ	383	12.4	米・ゴマ スパゲティ 油・小麦粉	牛肉・サケ 卵・鶏肉・豚肉	玉葱・トマト・コーン キャベツ・ワカメ 人参・スナッフエンドウ	23	木	照焼ハンバーグ 粉ふき芋・焼ビーフン サケふりかけごはん・フルーツ	383	12.2	米・小麦粉 油・じゃが芋 マカロニ ゴマ・ビーフン	鶏肉・卵 サケ・牛肉	キャベツ・コーン 玉葱・ワカメ・人参 スナッフエンドウ
10	金	ハムクランチカツ オムレツ・カニサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	385	12.4	米・ゴマ じゃが芋 油・小麦粉	牛乳・タラ 卵・ハム・カニ	インゲン・コーン・枝豆 キャベツ・玉葱・人参	24	金	豚バラ大根・青菜コーンソテー ベビーバターコロッケ おかかふりかけごはん・フルーツ	382	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	豚肉 牛乳・卵	大根・人参・玉葱・ニラ スナッフエンドウ コーン・チンゲン菜
11	土	野菜コロッケ・星真丈 ウインナーケチャップソテー ふりかけごはん・フルーツ	381	12.2	米・ゴマ じゃが芋 油・小麦粉	牛乳・豆腐 サバ・タラ 卵・サケ・豚肉	トマト・玉葱・ほうれん草 人参・コーン・レンコン・ワカメ キャベツ・スナッフエンドウ	25	土	南瓜コロッケ 花真丈・うずら豆煮 ふりかけごはん・フルーツ	385	12.4	米・小麦粉 油・ゴマ	牛乳・豆腐・サケ 卵・タラ・サバ うずら豆・油揚げ	南瓜・人参・玉葱・大根 スナッフエンドウ・ワカメ 枝豆・レンコン・ひじき
14	火	ポークビーンズ 千キントマトオムレツ・ひじき煮 おかかふりかけごはん・フルーツ	386	12.5	米・ゴマ 油・小麦粉	豚肉・大豆 油揚げ・牛乳 卵・鶏肉	トマト・ひじき・コーン 人参・グリーンピース	27	月	ツナカレー 千キンオゲット・ミニベンネサラダ ごはん・フルーツ	385	12.5	米・油 マカロニ 小麦粉	卵・牛乳 卵・ツナ・鶏肉	人参・玉葱 ブロッコリー
15	水	カニクリームコロッケ 肉焼売・ベンネハムサラダ サケふりかけごはん・カクテルゼリー	382	12.3	米・マカロニ じゃが芋 ビーフン・油 小麦粉・ゴマ	豆乳・牛乳 カニ・ハム・サケ 卵・鶏肉・豚肉	キャベツ・人参・玉葱・ワカメ スナッフエンドウ・コーン	28	火	千キンカツ・オムレツ カレー風味粉ふき芋 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	牛乳 鶏肉・卵	玉葱・人参・コーン キャベツ・インゲン
16	木	餃子〜中華あん・ハートおからポテト 南瓜大豆サラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	386	12.5	米・ゴマ じゃが芋 油・小麦粉	豚肉・豆乳 卵・牛乳・鶏肉 大豆・おから	白菜・玉葱 人参・南瓜	29	水	鶏の唐揚げ 人参金平・ハムサラダ サケふりかけごはん・フルーツ	382	12.3	米・ゴマ スパゲティ 油・小麦粉	鶏肉・卵 ハム・サケ	玉葱・ワカメ・トマト キャベツ・コーン スナッフエンドウ・人参
17	金	エビカツ ジャーマンポテト・ウインナー サケふりかけごはん・フルーツ	382	12.2	米・ゴマ じゃが芋 油・小麦粉	エビ・イカ・卵 鶏肉・ツナ ハム・サケ	玉葱・ワカメ・コーン 人参・インゲン・キャベツ	30	木	豚すき煮 カレーコロッケ・春雨サラダ おかかふりかけごはん・杏仁豆腐	384	12.3	米・ゴマ じゃが芋・油 春雨・小麦粉	豚肉 卵・牛乳	白菜・玉葱・コーン スナッフエンドウ・人参
18	土	豆腐ハンバーグ 厚焼卵・さつま芋サラダ ふりかけごはん・フルーツ	380	12.1	米・じゃが芋 さつま芋 ゴマ・小麦粉 油・スパゲティ	牛乳・豆腐 鶏肉・豚肉 卵・サケ	ひじき・玉葱 人参・ワカメ・キャベツ	31	金	ポークチャップ ミートオムレツ・花かんも煮 サケふりかけごはん・フルーツ	382	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉	豚肉・牛乳 がんも・卵 鶏肉・サケ	玉葱・トマト ワカメ・人参

※ 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。

