



# 2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	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ccoli・ワカメ	15	土	ヒレカツ 花真丈・豆腐サンド ふりかけごはん・フルーツ	383	12.5	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ccoli
3	月	コーンたっぷりフライ カニ大豆サラダ・オニカマボコ たらこふりかけごはん・フルーツ	380	12.1	米・小麦粉 油・ゴマ じゃが芋	大豆・牛乳 タラ・カニ・卵	キャベツ・玉葱・コーン スナッフエンドウ・人参	17	月	ハンバーグ〜トマトソース 青のりポテト・コーンサラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	384	12.3	米・小麦粉 油・スパゲティ ゴマ・じゃが芋	鶏肉・牛乳 牛肉・卵	キャベツ・コーン トマト・玉葱・人参 スナッフエンドウ・枝豆
4	火	チキンカレー パイドエッグポテト・肉団子トマト煮 ごはん・フルーツ	385	12.5	米・じゃが芋 小麦粉・油	牛乳 卵・鶏肉	人参・玉葱 トマト・フロccoli	18	火	鶏の唐揚げ カレーマヨサラダ・星人参甘煮 サケふりかけごはん・フルーツ	382	12.2	米・小麦粉・油 ゴマ・マカロニ	鶏肉・サケ 卵・牛乳	インゲン・コーン・人参 トマト・ワカメ・玉葱
5	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 たらこふりかけごはん・フルーツ	387	12.4	米・ゴマ マカロニ 小麦粉・油	鶏肉・大豆 卵・豚肉・エビ 牛乳・カニ・タラ	玉葱・トマト・コーン グリーンピース・人参	19	水	コーンたっぷりフライ 肉焼売・ウインナー たらこふりかけごはん・カクテルゼリー	382	12.4	米・ゴマ じゃが芋 小麦粉・油	豚肉・鶏肉 豆腐・牛乳・卵	人参・玉葱 大根・コーン スナッフエンドウ
6	木	コーンクリームコロッケ ひじき煮・ナポリタン サケふりかけごはん・フルーツ	376	11.8	米・小麦粉・油 ゴマ・スパゲティ	牛乳・油揚げ 生クリーム・サケ 白いんげん豆	玉葱・トマト・コーン ひじき・フロccoli ワカメ・人参	20	木	ポテのチリコンカン・コーンピースオムレツ ハムツイストマカロニサラダ サケふりかけごはん・フルーツ	384	12.5	米・小麦粉 マカロニ・油 ゴマ・じゃが芋	大豆・サケ 卵・ハム・鶏肉	トマト・人参・玉葱 コーン・グリーンピース フロccoli・ワカメ
7	金	焼肉 花がも煮・大根ツナサラダ たらこふりかけごはん・マンゴープリン	384	12.4	米・小麦粉 ゴマ・油	ツナ・がも 卵・豚肉・牛乳	キャベツ・人参 大根・玉葱・コーン	21	金	カレーコロッケ 花がも煮・たこウインナー たらこふりかけごはん・フルーツ	380	12.3	米・小麦粉 スパゲティ・油 ゴマ・じゃが芋	がも・牛乳 鶏肉・豚肉	玉葱・人参 スナッフエンドウ
8	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	375	12.2	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	22	土	紫芋コロッケ オムレツ・パンフキンソテー ふりかけごはん・フルーツ	374	12.3	米・小麦粉 油・紫芋 ゴマ・じゃが芋	卵・サケ・牛乳 鶏肉・豚肉	フロccoli・ワカメ 南瓜・玉葱
10	月	ポークチャップ・ハムサラダ 四種チーズ入り磯辺揚げ サケふりかけごはん・フルーツ	385	12.2	米・ゴマ 小麦粉・油	サケ・豚肉・ハム チーズ・タラ・卵	玉葱・トマト・コーン フロccoli・ワカメ キャベツ・人参	25	火	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	383	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
12	水	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・杏仁豆腐	373	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	26	水	エビカツ チ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・ゴマ	サケ・エビ 鶏肉・卵・イカ	コーン・トマト・人参 スナッフエンドウ 玉葱・ワカメ・キャベツ
13	木	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・玉葱 コーン・フロccoli	27	木	照焼ハンバーグ 野菜コロッケ・カニワカメサラダ たらこふりかけごはん・いちご杏仁豆腐	383	12.2	米・小麦粉 油・ピーマン ゴマ・じゃが芋	鶏肉・タラ 牛乳・卵 牛肉・カニ	ワカメ・キャベツ スナッフエンドウ 人参・玉葱・コーン
14	金	八宝菜 スマイルポテト・春雨サラダ サケふりかけごはん・フルーツ	381	12.2	米・小麦粉 ゴマ・春雨 油・じゃが芋	豚肉・卵 サケ・鶏肉	白菜・人参・ワカメ 玉葱・グリーンピース	28	金	チキントマトクリームシチュー ハムクランチカツ・パンフキンキッシュ風 サケふりかけごはん・フルーツ	382	12.5	米・小麦粉 じゃが芋 ゴマ・油	サケ・ハム 牛乳・鶏肉 卵・生クリーム	人参・玉葱・ワカメ トマト・南瓜・枝豆

※ 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。

