



5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	木	コーンたっぷりフライ ウインナー・ハムサラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	380	12.1	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	ハム・牛乳 鶏肉・卵	キャベツ・玉葱・コーン スナッフエンドウ・人参	19	月	ハンバーグ〜トマトソース 粉ふき芋・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
2	金	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	385	12.5	米・じゃが芋 油・小麦粉	牛乳 卵・鶏肉	人参・玉葱 トマト・フロccoliー	20	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・ゴマ 油・小麦粉 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
7	水	ポークビーンズ・カニ風味シュウマイ シェルフマカロニサラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	387	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	鶏肉・大豆 卵・豚肉・エビ 牛乳・カニ・タラ	トマト・コーン・玉葱 グリーンピース・人参	21	水	コーンたっぷりフライ 肉焼売・大根サラダ たらこふりかけごはん・カクテルゼリー	382	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	豚肉・鶏肉 豆乳・牛乳・卵	人参・玉葱 大根・コーン スナッフエンドウ
8	木	コーンクリームシチュー 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・ゴマ 油・小麦粉 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ー ワカメ・人参	22	木	ポテトの子コンカン・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 油・マカロニ 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ー・ワカメ
9	金	焼肉 花かんも煮・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・ゴマ 油・小麦粉	ツナ・牛乳 かんも 卵・豚肉	キャベツ・人参 大根・玉葱・コーン	23	金	野菜クロック 花かんも煮・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 油・スパゲティ ゴマ・じゃが芋	かんも・牛乳 鶏肉・豚肉	玉葱・人参・コーン スナッフエンドウ
10	土	コーンクロック 花真丈・キャベツボール ふりかけごはん・フルーツ	375	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	豆腐・サバ サケ・タラ 鶏肉・卵・牛乳	コーン・ワカメ・ひじき チンゲン菜・玉葱・人参 レンコン・キャベツ・枝豆	24	土	紫芋クロック パンフキンソテー・おぼろパスタ ふりかけごはん・フルーツ	374	12.3	米・小麦粉 油・紫芋 スパゲティ ゴマ・じゃが芋	卵・サケ・牛乳 鶏肉・豚肉	フロccoliー 南瓜・玉葱・ワカメ
12	月	ポークチャップ おからポテト・カニサラダ サケふりかけごはん・フルーツ	385	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	サケ・豚肉 カニ・タラ・卵 豆乳・おから	玉葱・トマト・コーン フロccoliー・ワカメ キャベツ・人参	26	月	豚バラ大根・肉団子照煮 ミニペンネサラダ サケふりかけごはん・フルーツ	383	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	豚肉・サケ 牛乳・鶏肉・卵	大根・人参・玉葱 ワカメ・フロccoliー コーン・インゲン
13	火	ツナカレー チキンナゲット・肉団子照煮 ごはん・フルーツ	373	12.3	米・油 小麦粉	鶏肉 牛乳・ツナ	人参 玉葱・枝豆	27	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・さつま芋 油・小麦粉	豚肉・卵 牛乳・ツナ	人参・玉葱 キャベツ・コーン
14	水	コーンメンチカツ たこウインナー・青のりポテト 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・サケ 牛肉・牛乳	コーン・玉葱・ワカメ 人参・スナッフエンドウ	28	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・ゴマ 油・小麦粉	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
15	木	クリームシチュー オムレツ・カレークロック たらこふりかけごはん・フルーツ	375	11.7	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	生クリーム 牛乳・鶏肉 卵・チーズ	人参・枝豆 玉葱・フロccoliー	29	木	照焼ハンバーグ 南瓜クロック・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・ゴマ 油・小麦粉 ビーフン	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・南瓜
16	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・春雨 ゴマ・じゃが芋 油・小麦粉	豚肉・卵 サケ・鶏肉	白菜・人参・ワカメ 玉葱・グリーンピース	30	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・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	サケ・チーズ 牛乳・鶏肉・ハム 卵・生クリーム	人参・玉葱・ワカメ トマト・南瓜・枝豆
17	土	ヒレカツ 木の葉真丈・キャロットソテー ふりかけごはん・フルーツ	383	12.5	米・ゴマ 油・小麦粉 さつま芋	豚肉・牛乳 豆腐・サバ サケ・タラ・卵	玉葱・レンコン ほうれん草・人参 ワカメ・フロccoliー	31	土	星クロック コーン枝豆ソテー・紅白花さつま ふりかけごはん・フルーツ	376	11.9	米・スパゲティ 油・小麦粉 ゴマ・じゃが芋	豚肉・牛乳 タラ・サケ・卵	トマト・人参・玉葱・コーン フロccoliー・ワカメ・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。

