



9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
1	月	紫芋コロッケ たこウインナー・大根人参煮 おかかふりかけごはん・フルーツ	385	12.3	米・油・ゴマ 紫芋・じゃが芋 小麦粉・マカロニ	卵・牛乳 豚肉・鶏肉	玉葱・トマト・ピーマン 大根・人参・スナッフエンドウ	16	火	八宝菜・肉団子トマト煮 ミニペネサラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	378	12.0	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	玉葱・人参・ピーマン コーン・トマト・キャベツ
2	火	焼肉・スマイルポテト ミニペネサラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	381	11.7	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・マカロニ	卵・牛乳 豚肉	玉葱・人参 コーン・ピーマン・キャベツ	17	水	コーンクリームコロッケ 青のりポテト・大根ツナサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	381	12.2	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・スバゲティ	卵・牛乳 豚肉・ツナ 生クリーム	玉葱・人参・大根・トマト コーン・スナッフエンドウ
3	水	南瓜コロッケ・花かんも煮・大根サラ ダ おかかふりかけごはん・フルーツ	378	12.1	米・ゴマ 油・小麦粉 ピーマン	卵・牛乳 がんも	人参・南瓜・大根 コーン・ピーマン キャベツ・スナッフエンドウ	18	木	南瓜のクリームシチュー エビカツ・コーン枝豆サラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	382	11.8	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 エビ・イカ・チーズ ハム・生クリーム	玉葱・人参 南瓜・枝豆・コーン
4	木	ボークビーンズ オムレツ・肉団子照煮 たらこふりかけごはん・カクテルセ リ	382	12.5	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 豆乳・大豆 豚肉・鶏肉	玉葱・人参・コーン トマト・グリーンピース	19	金	野菜コロッケ・オムレツ・肉シューマイ おかかふりかけごはん・フルーツ	379	11.5	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	玉葱・人参 コーン・スナッフエンドウ
5	金	クリームシチュー ヒレカツ・シェルマカロニサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	380	12.1	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 豚肉・チーズ 鶏肉・生クリーム	玉葱・人参 枝豆・コーン	20	土	豆腐ハンバーグ チキンナゲット・そばろあんパスタ ふりかけごはん・フルーツ	383	11.9	米・ゴマ 油・小麦粉 スバゲティ	卵・牛乳 豚肉・鶏肉 タラ・サケ・豆腐	玉葱・人参・生巻 ワカメ・ひじき・キャベツ
6	土	ハートコロッケ・花真丈 チンゲン菜コーンソテー ふりかけごはん・フルーツ	384	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳・マクロ 豆腐・サバ・タラ サケ・豚肉・鶏肉	玉葱・人参・枝豆 ひじき・レンコン・コーン ワカメ・インゲン・チンゲン菜	22	月	ポークカレー・カニ風味焼売 ジャーマンポテト・ごはん・フルーツ	380	12.1	米・小麦粉 油・じゃが芋	卵・牛乳 豚肉・鶏肉・ハム カニ・エビ・タラ	玉葱・人参 コーン
8	月	野菜フルコギ 肉シューマイ・カレー風味粉ふき芋 たらこふりかけごはん・フルーツ	380	11.6	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	牛乳 豚肉・鶏肉	玉葱・人参・白菜・生巻 もやし・スナッフエンドウ	24	水	コーン入メンチカツ ギョーザ・カレー風味粉ふき芋 たらこふりかけごはん・マンゴープリン	375	11.7	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 牛肉・カニ・タラ	玉葱・人参・コーン キャベツ・スナッフエンドウ
9	火	チキンカレー・お月さまハムカツ 枝豆サラダ・ごはん・フルーツ	377	12.0	米・小麦粉 油	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	玉葱・人参 枝豆・コーン・キャベツ	25	木	ポークチャップ コーンピースオムレツ・チキンサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	376	11.6	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 豚肉・鶏肉・サケ	玉葱・人参・ワカメ トマト・コーン・グリーンピース
10	水	コーンコロッケ バイクドエッグポテト・ミニギョーザ たらこふりかけごはん・フルーツ	381	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	玉葱・人参・茄子・コーン キャベツ・スナッフエンドウ	26	金	コーンだっぶりフライ 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	384	12.0	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・マカロニ	卵・牛乳・がんも 鶏肉・豚肉	玉葱・コーン スナッフエンドウ
11	木	照焼ハンバーグ コーンピースオムレツ・人参金平 おかかふりかけごはん・フルーツ	379	11.8	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・牛肉・サケ	玉葱・人参 トマト・グリーンピース コーン・スナッフエンドウ	27	土	カレーコロッケ・野菜肉巻・青菜ソテー ふりかけごはん・フルーツ	377	11.5	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・ピーマン	卵・牛乳 豚肉・サケ	玉葱・ワカメ・チンゲン菜 ピーマン・インゲン・キャベツ 人参・ごぼう・スナッフエンドウ
12	金	鶏の唐揚げ たこウインナー・人参サラダ たらこふりかけごはん・杏仁豆腐	383	12.1	米・ゴマ 油・小麦粉 スバゲティ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	玉葱・人参 コーン・スナッフエンドウ	29	月	ほかほかおひさまコロッケ 春雨サラダ・マカロニケチャップソテー おかかふりかけごはん・いちご杏仁豆腐	385	12.3	米・油・小麦粉 春雨・じゃが芋 ゴマ・マカロニ	卵・牛乳 ハム・大豆	玉葱・人参・昆布・トマト ピーマン・スナッフエンドウ
13	土	焼肉・ハートおからポテト 白いんげん豆・ふりかけごはん・フルーツ	380	11.8	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳・おから 豚肉・豆乳・サケ 白インゲン豆	玉葱・人参 ワカメ・キャベツ・ピーマン	30	火	豚肉のオイスターソース炒め 肉団子トマト煮・さつま芋サラダ たらこふりかけごはん・フルーツ	383	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 さつま芋	卵・牛乳 豚肉・鶏肉・カキ	玉葱・人参 枝豆・トマト・キャベツ

※ 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。

