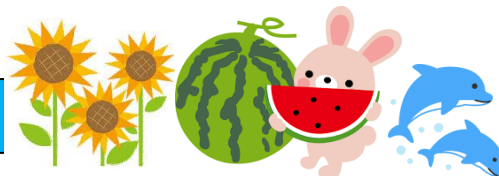




7月キッズメニュー



(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	火	根菜クリームフライ 肉団子照煮・大根サラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	379	12.0	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉	玉葱・人参・大根 枝豆・ゴボウ・コーン レンコン・フロccoli	16	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 さけふりかけごはん・フルーツ	376	11.9	米・ゴマ 油・小麦粉 春雨・じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・チーズ サケ・生クリーム	玉葱・人参 南瓜・コーン・ワカメ
2	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	384	12.4	米・小麦粉 油	卵・牛乳 豚肉・ツナ	玉葱・人参 南瓜・コーン	17	木	照焼ハンバーグ 粉ふき芋・シェルマカロニサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	379	12.1	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・マカロニ ビーフン	卵・牛乳 鶏肉・牛肉	玉葱・キャベツ 人参・コーン・トマト ピーマン・スナップエンドウ
3	木	かば焼風コロッケ たこウインナー・ナポリタン おかかふりかけごはん・フルーツ	380	11.8	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	玉葱・人参 トマト・ピーマン コーン・キャベツ・フロccoli	18	金	生姜和風だしコロッケ・パンフキンキッシュ風 ミートソーススパゲティ さけふりかけごはん・フルーツ	381	12.0	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・スパゲティ	卵・サケ 豚肉・鶏肉	玉葱・人参 南瓜・コーン・ワカメ トマト・キャベツ・フロccoli
4	金	ハムクランチカツ オムレツ・コーン枝豆ソテー さけふりかけごはん・フルーツ	376	11.6	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 カニ・タラ ハム・サケ	玉葱・キャベツ・ワカメ 枝豆・コーン・インゲン	19	土	カレーコロッケ・花真丈 コーン枝豆ソテー ふりかけごはん・フルーツ	377	11.7	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 豆腐・サケ・サバ タラ・うぐいす豆	玉葱・人参・ワカメ 枝豆・ひじき・コーン レンコン・スナップエンドウ
5	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	379	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 豆腐・サバ 豚肉・サケ・タラ	玉葱・人参・茄子・キャベツ トマト・コーン・レンコン・ワカメ ほうれん草・スナップエンドウ	22	火	チキンカツ・オムレツ カレー風味粉ふき芋 さけふりかけごはん・フルーツ	384	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・サケ 油揚げ	人参・ひじき ワカメ・インゲン
7	月	星コロッケ・肉団子日野あん スターマカロニサラダ おかかふりかけごはん・カクテルセ ラー	382	12.5	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・マカロニ ビーフン	卵・牛乳 豆乳・鶏肉・タラ	玉葱・人参 コーン・トマト・キャベツ	23	水	カニクリームコロッケ 肉団子トマト煮・ハムサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	380	11.5	米・ゴマ 油・小麦粉 スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・カニ・ハム	玉葱・コーン・キャベツ トマト・スナップエンドウ
8	火	ポークビーンズ コーンビースオムレツ・ひじき煮 さけふりかけごはん・フルーツ	378	12.1	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・サケ 大豆・油揚げ	人参・トマト・ワカメ ひじき・コーン・グリーンピース	24	木	豚すき煮 コーンコロッケ・春雨サラダ さけふりかけごはん・杏仁豆腐	382	11.8	米・ゴマ 油・小麦粉 春雨・じゃが芋	卵・牛乳 豚肉・サケ	玉葱・人参 白菜・ワカメ コーン・スナップエンドウ
9	水	コーンクリームコロッケ 肉シューマイ・カレー風味焼ビーフン おかかふりかけごはん・フルーツ	381	11.7	米・小麦粉 油・ビーフン ゴマ・マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 ハム・生クリーム	玉葱・人参・コーン・ピーマン キャベツ・スナップエンドウ	25	金	ポークチャップ バイクドエッグポテト・花がんも煮 おかかふりかけごはん・フルーツ	381	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 豚肉・がんも	玉葱・人参 トマト・ピーマン
10	木	ギョーザの中華あん オムレツフライ・キャベツツナサラダ さけふりかけごはん・フルーツ	385	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 ツナ・サケ	玉葱・人参 白菜・ワカメ コーン・キャベツ・ピーマン	26	土	紫芋コロッケ トマトさつま揚げ・とほろバスタ ふりかけごはん・フルーツ	378	12.0	米・油・小麦粉 ゴマ・じゃが芋 紫芋・スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・タラ 豚肉・サケ	玉葱・ワカメ トマト・ほうれん草 スナップエンドウ
11	金	エビカツ コンソメポテト・切干大根煮 おかかふりかけごはん・フルーツ	382	11.9	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・エビ イカ・油揚げ	玉葱・人参 大根・インゲン	28	月	南瓜コロッケ チキントマトオムレツ・カニサラダ さけふりかけごはん・フルーツ	385	11.6	米・ゴマ 油・小麦粉 スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・カニ タラ・サケ	南瓜・ワカメ・キャベツ コーン・トマト・フロccoli
12	土	豆腐ハンバーグ 青菜ソテー・さつま芋甘煮 ふりかけごはん・フルーツ	375	11.6	米・小麦粉 油・さつま芋 ゴマ・スパゲティ	卵・牛乳 豆腐・鶏肉 豚肉・サケ	玉葱・ひじき ワカメ・チンゲン菜 人参・キャベツ・フロccoli	29	火	ツナカレー チキンナゲット・ミニペンネサラダ ごはん・フルーツ	379	12.1	米・小麦粉 油・マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・ツナ	玉葱・人参 フロccoli
14	月	八宝菜 チキントマトオムレツ・カニ風味焼売 さけふりかけごはん・いちご杏仁豆腐	381	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 豚肉・鶏肉 カニ・エビ・タラ	玉葱・人参・ワカメ 白菜・トマト・グリーンピース	30	水	ホイコーロー 肉団子トマト煮・人参サラダ おかかふりかけごはん・マンゴープリン	384	11.9	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 豚肉・鶏肉	玉葱・人参・トマト コーン・キャベツ・ピーマン
15	火	鶏の唐揚げ・肉団子照煮 ツナトマトマカロニソテー おかかふりかけごはん・フルーツ	383	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・ツナ	玉葱・人参・大根 トマト・コーン・フロccoli	31	木	青のりコロッケ たこウインナー・あんかけバスタ さけふりかけごはん・フルーツ	380	12.3	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・スパゲティ	卵・サケ 豚肉・鶏肉	玉葱・人参・ワカメ コーン・トマト・ピーマン キャベツ・スナップエンドウ

※ 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。

