



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
田淵 愛

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	メンチカツ・ベイクドパンフキン 大根サラダ・ふいかけごはん・フルーツ	383	12.4	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・さつまい	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 牛肉・タラ	玉葱・人参 南瓜・大根・コーン トマト・キャベツ・インゲン	18	火	豚肉生姜焼・肉シューマイ ミニベネチアサラダ さけふりかけごはん・フルーツ	382	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 サケ・タラ	玉葱・人参 キャベツ	
3	月	チーズとろとろフロッキーフライ カレー風味粉ふき芋・花かんも煮 おかかふりかけごはん・フルーツ	385	12.2	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・マカロニ	卵・牛乳 かんも 鶏肉・チーズ	玉葱・人参 インゲン・フロッキー	19	水	コーンコロケ 花さつま揚げ・チキンサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	383	12.3	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・タラ サケ・かんも	玉葱・人参・トマト コーン・キャベツ・フロッキー	
4	火	八宝菜・エビシューマイ 切干大根カニサラダ さけふりかけごはん・フルーツ	383	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 鶏肉・豚肉・サケ エビ・カニ・タラ	白菜・人参 玉葱・大根・コーン	20	木	ハンバーグ〜トマトソース 大根ツナサラダ・粉ふき芋 さけふりかけごはん・杏仁豆腐	385	12.4	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・牛肉 ツナ・サケ・タラ	玉葱・トマト 大根・コーン・フロッキー	
5	水	コーンたっぷりフライ ミートオムレツ・たこウインナー おかかふりかけごはん・フルーツ	384	12.4	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 牛肉・ハム	玉葱・人参 コーン・インゲン	21	金	チキンカレー・おからポテト たこウインナー・ごはん・フルーツ	382	12.1	米・小麦粉 油・じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 ハム・おから	玉葱・人参 コーン・キャベツ	
6	木	ポークカレー・照焼ハンバーグ さつまい芋甘煮・ごはん・フルーツ	383	12.5	米・小麦粉 油・さつまい	卵・牛乳 鶏肉・牛肉・豚 肉	玉葱・人参 枝豆・ひじき	22	土	照焼チキン・豆腐シューマイ 大根人参煮・ふりかけごはん・フルーツ	384	12.5	米・ゴマ 油・小麦粉 スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・豆腐・タラ	玉葱・人参・大根 トマト・インゲン	
7	金	星コロケ・肉団子照煮・コーンサラ ダ おかかふりかけごはん・カクテルゼ リー	382	12.1	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・豆乳	玉葱・人参 コーン・トマト キャベツ・フロッキー	24	月	ささみ磯辺フライ 肉団子照煮・焼そば さけふりかけごはん・フルーツ	382	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 鶏肉・サケ・タラ	玉葱・人参・コーン キャベツ・フロッキー	
8	土	おさつコロケ・ミックスドームオムレツ さくらシューマイ・ふりかけごはん・フルーツ	381	12.3	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・さつまい	卵・チーズ 鶏肉・豚肉・タラ	玉葱・人参 コーン	25	火	ホイコーロー カレー風味粉ふき芋・ひじきサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	383	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 豚肉	人参・コーン ひじき・キャベツ	
10	月	ギョーザの野菜あん カニシューマイ・ポテトサラダ さけふりかけごはん・マンゴープリン	384	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・豚肉・サケ エビ・カニ・タラ	玉葱・人参・白菜 コーン・キャベツ	26	水	南瓜コロケ・ウインナー・花かんも煮 さけふりかけごはん・フルーツ	384	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・タラ サケ・かんも	玉葱・人参 南瓜・インゲン	
11	火	鶏の唐揚げ・ひじき煮・粉ふき芋 おかかふりかけごはん・フルーツ	385	12.2	米・小麦粉 油・じゃが芋 ゴマ・マカロニ	卵・牛乳 鶏肉・油揚げ	玉葱・ひじき 人参・コーン・インゲン	27	木	すき焼風煮 紅白花さつま揚げ・切干大根サラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	382	12.3	米・ゴマ 油・春雨 小麦粉	卵・牛乳 豚肉・タラ	玉葱・人参 白菜・大根・コーン	
12	水	夏野菜と大豆のトマトシチュー 野菜コロケ・ロールキャベツ さけふりかけごはん・フルーツ	383	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	牛乳・鶏肉 大豆・サケ・タラ	玉葱・スッキーニ 南瓜・人参・コーン 茄子・トマト・キャベツ	28	金	ポークチャップ マカロニサラダ・さつまい芋甘煮 さけふりかけごはん・フルーツ	381	12.2	米・小麦粉 油・さつまい ゴマ・マカロニ	卵・牛乳 豚肉・サケ・タラ	玉葱・トマト 人参・コーン・キャベツ	
13	木	コーンメンチカツ・オムレツ・田舎煮 おかかふりかけごはん・フルーツ	382	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・豚肉 牛肉・油揚げ	玉葱・人参・コーン 大根・キャベツ・フロッキー	29	土	カレーコロケ・カニシューマイ 春雨サラダ・ふりかけごはん・フルーツ	383	12.3	油・米・小麦粉 春雨・じゃが芋 ゴマ・スパゲティ	卵・牛乳 豚肉・カニ エビ・タラ	玉葱・コーン 人参・トマト・インゲン	
14	金	焼肉・肉団子トマト煮 スパゲティサラダ さけふりかけごはん・フルーツ	384	12.2	米・ゴマ 油・小麦粉 スパゲティ	卵・牛乳 豚肉・鶏肉 サケ・タラ	玉葱・人参 トマト・キャベツ	31	月	ベビーバターコロケ 肉シューマイ・肉団子トマト煮 おかかふりかけごはん・フルーツ	385	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	玉葱・トマト・コーン 人参・キャベツ・インゲン	
15	土	コーンクリームコロケ 人参金平・ウインナー ふりかけごはん・フルーツ	383	12.1	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 鶏肉・カニ タラ・生クリーム	玉葱・人参・コーン キャベツ・インゲン									

※ 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

