



7月キッズメニュー



(株)サンフーズ

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	コーンたっぷりフライ たこウインナー・青のいもポテト おかかふりかけごはん・フルーツ	364	11.8	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	卵・牛乳 鶏肉・豚肉	玉葱・人参・枝豆 キャベツ・コーン スナッフエンドウ	17	水	マーボー豆腐 千キントマトオムレツ・春雨サラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	374	11.7	米・油・春雨 ゴマ・小麦粉	鶏肉・牛乳 卵・豚肉・豆腐	玉葱・人参 ニラ・トマト
2	火	焼肉・千キントマトオムレツ シェルマカロニサラダ サケふりかけごはん・フルーツ	376	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	卵・鶏肉 サケ・豚肉	玉葱・人参・ワカメ コーン・キャベツ・トマト	18	木	コーンクリームコロッケ 切干の甘辛ソテー・花かんも煮 サケふりかけごはん・フルーツ	372	11.5	米・ゴマ 油・小麦粉	牛乳・サケ 鶏肉・かんも 生クリーム	玉葱・コーン・ワカメ 大根・フロッキー・人参
3	水	ハムクランチカツ ベイドエッグポテト・カニサラダ おかかふりかけごはん・マンゴープリン	373	11.9	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	ハム・牛乳 卵・カニ・タラ	キャベツ・人参 コーン・インゲン	19	金	豚バラ大根・パンフキンキッシュ風 ちくわどワカメサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	383	12.4	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳・鶏肉 豚肉・ちくわ	大根・人参・南瓜 ワカメ・玉葱・インゲン
4	木	ポークピーンズ・肉焼売 ミニベンネカレーマヨサラダ サケふりかけごはん・フルーツ	376	11.7	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	サケ・大豆 卵・豚肉・鶏肉	コーン・ワカメ 玉葱・トマト・人参 グリーンピース	20	土	エビカツ 玉子ロール・彩り豆腐サンド ふりかけごはん・フルーツ	376	11.9	米・ゴマ 油・小麦粉	タラ・牛乳 エビ・イカ・鶏肉 サケ・豆腐・卵 白いんげん豆	玉葱・人参・ワカメ スナッフエンドウ
5	金	コーンクリームコロッケ・さつま芋甘煮 ミートソーススパゲティ おかかふりかけごはん・フルーツ	374	11.5	米・さつま芋 ゴマ・小麦粉 油・スパゲティ	牛乳・豚肉 生クリーム・卵	玉葱・キャベツ コーン・トマト 人参・フロッキー	22	月	コーンクリームシチュー スマイルポテト・ハムソテー サケふりかけごはん・フルーツ	373	11.7	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	牛乳・サケ 鶏肉・チーズ ハム・生クリーム	玉葱・コーン 枝豆・人参・ワカメ
6	土	さつま芋フライ ウインナーソテー・星真丈 ふりかけごはん・フルーツ	365	11.3	米・春雨 ゴマ・小麦粉 油・さつま芋	牛乳・サバ 豆腐・豚肉 卵・サケ・タラ	玉葱・人参・レンコン キャベツ・フロッキー ほうれん草・ワカメ	23	火	青のいもコロッケ オムレツ・豆乳かんも煮 おかかふりかけごはん・フルーツ	371	11.5	米・じゃが芋 ゴマ・小麦粉 油・マカロニ	かんも 卵・牛乳	玉葱・コーン スナッフエンドウ
8	月	ポークカレー おからポテト・肉団子照煮 ごはん・フルーツポンチ	378	12.3	米・油 小麦粉 じゃが芋	おから 鶏肉・豚肉 豆乳・牛乳	枝豆 玉葱・人参	24	水	八宝菜・エビ入焼売 コーンスローサラダ サケふりかけごはん・杏仁豆腐	384	12.3	米・ゴマ 油・小麦粉	サケ・牛乳 豚肉・鶏肉 卵・エビ・タラ	玉葱・人参・コーン キャベツ・ワカメ グリーンピース
9	火	照焼ハンバーグ・ピーマン炒め カレー風味粉ふき芋 おかかふりかけごはん・フルーツ	374	11.8	米・じゃが芋 油・小麦粉 ゴマ・ピーマン	牛乳・ハム 卵・鶏肉・牛肉	玉葱・キャベツ・人参 コーン・フロッキー	25	木	コーン入メンチカツ 粉ふき芋・星人参甘煮 おかかふりかけごはん・フルーツ	380	12.1	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	牛乳・牛肉 鶏肉・豚肉 油揚げ・卵	玉葱・コーン・ひじき スナッフエンドウ・人参
10	水	カレーコロッケ ミニ餃子・ウインナー サケふりかけごはん・いちご杏仁豆腐	376	11.6	米・じゃが芋 油・小麦粉 ゴマ・マカロニ	牛乳・鶏肉 卵・豚肉・サケ	玉葱・人参・ワカメ コーン・キャベツ スナッフエンドウ	26	金	ハンバーグ～トマトソース マカロニチキチキ・人参金平 サケふりかけごはん・フルーツ	379	11.8	米・ゴマ 油・小麦粉 マカロニ	鶏肉・牛肉 卵・ハム・サケ	玉葱・トマト・人参 コーン・キャベツ フロッキー・ワカメ
11	木	ポークチャップ ひじき煮・ツナマヨサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	380	12.1	米・ゴマ 油・小麦粉	卵・牛乳 ツナ・豚肉 油あげ	玉葱・人参・ひじき キャベツ・コーン・トマト	27	土	おさつコロッケ 花真丈・ツナマヨコーンサラダ ふりかけごはん・フルーツ	377	11.6	米・じゃが芋 ゴマ・小麦粉 油・さつま芋	牛乳・ツナ サバ・タラ 卵・豆腐・サケ	玉葱・コーン・枝豆・ひじき レンコン・チンゲン菜・人参 ワカメ・スナッフエンドウ
12	金	クリームシチュー カニ入焼売・ワカメサラダ サケふりかけごはん・フルーツ	374	11.6	米・ゴマ 油・小麦粉	牛乳・豚肉 エビ・鶏肉 卵・生クリーム サケ・カニ・タラ	ワカメ コーン・玉葱	29	月	千キンカツ・ベイドエッグポテト 大根カニサラダ おかかふりかけごはん・フルーツ	382	12.2	米・じゃが芋 ゴマ・小麦粉 油・スパゲティ	鶏肉・タラ 卵・牛乳・カニ	大根・コーン 玉葱・キャベツ・トマト スナッフエンドウ
13	土	南瓜コロッケ コーンピースオムレツ・花さつま揚げ ふりかけごはん・フルーツ	371	11.3	米・ゴマ 油・小麦粉	サケ・牛乳 卵・タラ・鶏肉	キャベツ・コーン・南瓜 スナッフエンドウ ワカメ・グリーンピース	30	火	千キンカレー・千キンリング シェルマカロニサラダ ごはん・フルーツ	376	11.8	米・マカロニ 油・小麦粉 マカロニ	卵・鶏肉 牛乳	玉葱・コーン フロッキー・人参
16	火	コーンコロッケ 肉団子トマト煮・ナポリタン サケふりかけごはん・マンゴープリン	374	11.6	米・じゃが芋 ゴマ・小麦粉 油・スパゲティ	卵・牛乳 鶏肉・カニ サケ・タラ	玉葱・トマト・ワカメ コーン・キャベツ フロッキー・人参	31	水	ポテトの千りコンカン ポパイソテー・ミニ餃子 おかかふりかけごはん・いちご杏仁豆腐	374	11.6	米・ゴマ 油・小麦粉 じゃが芋	牛乳・豚肉 卵・大豆・鶏肉	玉葱・人参・トマト・コーン キャベツ・ほうれん草

※ 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。

