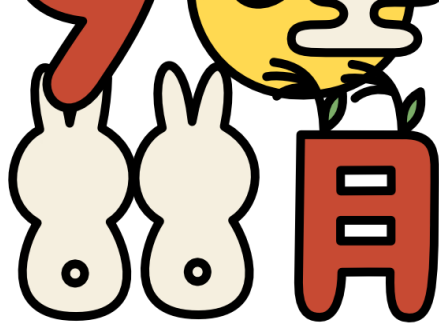


幼稚園 様 9月分おべんとうメニュー



	1 (火) 鯉ふりかけごはん (卵・小麦・乳・大豆・ごま) かつ煮 (小麦・大豆・豚肉) おさつコロッケ (小麦・大豆・ごま) たこ焼き☆ソース (小麦・大豆・卵・やまいも・りんご) ミートソースパンネ (小麦・大豆・豚肉・りんご) わりぼし大根煮 (小麦・大豆) マンゴープリン (乳・大豆) E 504kcal P 11.8g F 16.8g S 1.1g	2 (水) ごま塩ごはん (ごま) カニクリーミーコロッケ☆ソース (卵・小麦・乳・かに・大豆・りんご) ミニフランク (小麦・大豆・鶏肉・豚肉) チキンナゲット☆ケチャップ (卵・小麦・乳・大豆・鶏肉) 中華春雨サラダ (小麦・大豆・ごま) さんびらごぼう (小麦・大豆・ごま) パイン缶 E 519kcal P 10.9g F 28.4g S 1.9g	3 (木) たまごふりかけごはん (卵・小麦・乳・大豆・鶏肉・ごま) 照焼チキンスターキ (小麦・大豆・卵・乳・鶏肉) 花型お好み焼き☆ソース (小麦・大豆・卵・りんご) 切干大根の五目煮 (小麦・大豆) 肉味噌あんポテト (小麦・大豆・鶏肉・米) 黄桃缶 (もも) E 481kcal P 13.4g F 17.3g S 2.2g	4 (金) 鮭ふりかけごはん (卵・小麦・乳・さけ・大豆・ごま) エビフライ☆ソース (小麦・大豆・えび・りんご) 野菜コロッケ (小麦・大豆) 星形ハム (大豆・鶏肉・豚肉) 焼きそばスパゲティー (小麦・大豆・豚肉・りんご) キクラゲ甘辛煮 (小麦・大豆) ショコラブチケーキ (卵・小麦・乳・大豆) E 470kcal P 11.8g F 14.8g S 1.8g
7 (月) たまごふりかけごはん (卵・小麦・乳・大豆・鶏肉・ごま) 豚すき煮 (小麦・大豆・豚肉) コトコトカレーのクリーミーフライ (小麦・乳・いか・えび・かに・牛肉・大豆・鶏肉・やまいも・ごま) パンプキンキッシュ☆ソース (小麦・卵・大豆・鶏肉・りんご) シルバーサラダ (卵・小麦・大豆) いちご杏仁豆腐 (乳・大豆) E 493kcal P 13.1g F 17.3g S 2.6g	8 (火) しろごはん チキンのピカタ☆ケチャップ (小麦・卵・大豆・鶏肉) コーンたっぷりフライ (小麦・大豆) カップグラタン (小麦・乳・大豆) ふきの煮付け (小麦・大豆) みかん缶 E 410kcal P 10.6g F 13.3g S 1.4g	9 (水) 野菜ふりかけごはん (卵・小麦・乳・大豆・ごま) 豚肉と玉ねぎのしょうが焼き (小麦・大豆・豚肉) 春巻き (小麦・大豆・鶏肉・ごま) トマトソーススパゲティー (小麦・大豆・卵・乳・豚肉) キクラゲと人参のナムル (小麦・大豆・ごま) 大学芋 (小麦・大豆・ごま) E 615kcal P 16.8g F 23.4g S 1.9g	10 (木) 鯉ふりかけごはん (卵・小麦・乳・大豆・ごま) ハムチーズフライ (小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉) ひとくちささみの磯辺揚げフライ (小麦・大豆・卵・乳・鶏肉) 星形ポテト☆ソース (小麦・大豆・りんご) 味噌チャブチェ (小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま・米) 蓮根胡麻サラダ (卵・小麦・大豆・ごま) パイン缶 E 564kcal P 12.2g F 24.5g S 2.3g	11 (金) ごま塩ごはん (ごま) 鶏の唐揚げ (小麦・卵・大豆・鶏肉) じゃがいもキッシュ☆ケチャップ (小麦・大豆・卵・鶏肉) 切干大根の変わりさんぴら (小麦・大豆・ごま) テリヤキミートボール (小麦・乳・大豆・鶏肉) 杏仁豆腐 (乳・大豆) E 630kcal P 14.9g F 34.1g S 2.6g
14 (月) ごま塩ごはん (ごま) えびのフリッター☆BBQソース (小麦・大豆・卵・乳・えび・りんご) ちくわの磯辺天ぷら (小麦・大豆・乳) ポテトサラダ (卵・小麦・乳・大豆) ごぼうの洋風さんぴら (小麦・大豆・卵・乳・鶏肉・豚肉) マンゴープリン (乳・大豆) E 417kcal P 10.1g F 11.7g S 2.3g	15 (火) 鮭ふりかけごはん (卵・小麦・乳・さけ・大豆・ごま) 豚肉と玉ねぎの炒め☆甘口たれ (小麦・大豆・豚肉) 洋風かき揚げ (卵・小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉) 春雨の彩りパプリカサラダ (卵) キクラゲの甘辛煮 (小麦・大豆) 黄桃缶 (もも) E 470kcal P 14.1g F 12.2g S 2.5g	16 (水) しろごはん チキンカレー (小麦・大豆・乳・鶏肉・豚肉・バナナ・りんご) ミニドーナツコロッケ☆ソース (小麦・大豆・りんご) たこちゃんウインナー (卵・小麦・乳・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉) 塩味ビーフン (小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま) ふきの煮付け (小麦・大豆) いちご杏仁豆腐 (乳・大豆) E 437kcal P 10.5g F 12.5g S 2.1g	17 (木) 野菜ふりかけごはん (卵・小麦・乳・大豆・ごま) 豚肉と野菜のオイスター炒め (小麦・大豆・鶏肉・豚肉・えび) コーンクリーミーコロッケ (小麦・乳・大豆) たこ焼き☆ソース (小麦・卵・大豆・やまいも・りんご) ナポリタンスパゲティー (小麦・大豆・鶏肉) ひじきとちくわの煮付け (小麦・大豆) みかん缶 E 462kcal P 14.1g F 12.4g S 2.5g	18 (金) たまごふりかけごはん (卵・小麦・乳・大豆・鶏肉・ごま) ハンバーグ☆オニオンデミグラスソース (小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・牛肉・りんご) フライドポテト (小麦・大豆) 花型人参 春雨のオーロラサラダ (卵・小麦・大豆) キャベツの中華炒め (小麦・えび・大豆・鶏肉・豚肉) パイン缶 E 494kcal P 12.8g F 17.3g S 1.8g
21 (月) 	22 (火) 	23 (水) 	24 (木) 鮭ふりかけごはん (卵・小麦・乳・さけ・大豆・ごま) 照焼豆腐ハンバーグ (卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉) 花型人参 フライドポテト (小麦・大豆) マカロニサラダ (卵・小麦・大豆・乳・ゼラチン) 切干大根の煮付け (小麦・大豆) 黄桃缶 (もも) E 586kcal P 11.5g F 26.4g S 3.5g	25 (金) しろごはん ポークチャップ (小麦・大豆・豚肉・りんご) ウインナーフライ (小麦・牛肉・大豆・豚肉) チキンナゲット☆ソース (卵・小麦・乳・鶏肉・大豆・りんご) 焼きそばスパゲティー (小麦・大豆・豚肉・りんご) 蓮根胡麻サラダ (卵・小麦・大豆・ごま) みかん缶 E 554kcal P 16.6g F 22.2g S 1.9g
28 (月) 野菜ふりかけごはん (卵・小麦・乳・大豆・ごま) 醤油味チキンスターキ (小麦・大豆・鶏肉) 目玉焼きフライ☆ソース (小麦・卵・大豆・りんご) 和風春雨サラダ (小麦・大豆・ごま) 竹輪とピーマンの炒め (小麦・大豆・えび・ごま) 杏仁豆腐 (乳・大豆) E 438kcal P 14.3g F 14.2g S 2.1g	29 (火) ごま塩ごはん (ごま) ベジメルフライ☆ケチャップ (小麦・卵・乳・大豆・えび) 春巻き (小麦・大豆・鶏肉・ごま) ギョーザの素揚げ (小麦・大豆・豚肉) 切干大根の五目煮 (小麦・大豆) 人参しりしり (小麦・大豆・ごま) 大学芋 (小麦・大豆・ごま) E 560kcal P 11.6g F 22.4g S 1.8g	30 (水) 鮭ふりかけごはん (卵・小麦・乳・さけ・大豆・ごま) 肉だんご☆BBQソース (小麦・乳・大豆・鶏肉・りんご) 醤油味旨味イカカツ (小麦・大豆・いか) ハムステーキ☆ケチャップ (鶏肉・豚肉) たらこスパゲッティー (小麦・大豆・乳・ごま) ジャーマンポテト (小麦・大豆・卵・鶏肉・豚肉) パイン缶 E 561kcal P 16.8g F 20.8g S 2.7g		

材料仕入れの都合上、メニューが多少変更になる場合がございます。カッコの中には主なアレルギー原因と考えられる食材を『アレルギー物質28品目』を参考に出来る限り記載しています。
※仕入れ・調理の都合上、他のアレルギー成分が混入する場合があります。

<アレルギー物質29品目> (表示義務9品目)

えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生・カシューナッツ

(表示推奨20品目)

アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・ピスタチオ

3～5歳児の食事摂取基準(昼食)

エネルギー (E)	520kcal
蛋白質 (P)	10.0g
脂質 (F)	14.4g
塩分 (S)	2.0g

スプーンやフォークに
お名前のご記入を
お願いします