

9月献立表

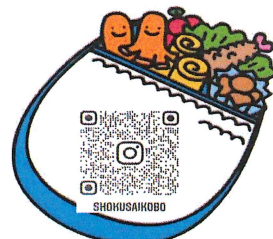
食彩工房株式会社

* エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)

1日(月) 青菜ふりかけごはん ポテトチキンロール いかリングフライ オムレツ ほうれん草のごま和え 黄桃缶 *339kcal/10.3g	2日(火) かつおふりかけごはん さつまいもコロケ チキンチャップ 照り焼きミートボール 切干大根のサラダ みかん缶 *395kcal/12.5g	★3日(水) 鮭ごはん メンチカツ 豆腐ステーキ さつまいもの甘煮 いんげんのおかか和え パイン缶 *402kcal/10.1g	4日(木) ゆかりふりかけごはん さばの照り焼き ハムカツ ごぼう煮 小松菜の和え物 ぶどうゼリー *380kcal/12.0g	★5日(金) 枝豆とコーンのごはん 煮込みハンバーグ ポイル野菜 豆腐ナゲット 黄桃缶 *419kcal/11.1g
★8日(月) わかめおにぎり まぐろ野菜カツ 豆腐ハンバーグ 青のりポテト チンゲン菜のおひたし みかん缶 *347kcal/9.8g	9日(火) 赤かぶ青菜 ふりかけごはん 野菜つくね ほたて風味 かまぼこフライ たまごロール えだまめ パイン缶 *392kcal/11.9g	★10日(水) クロワッサン ポパイスパゲッティ 鶏の唐揚げ チキントマトオムレツ ピピピチーズ 344kcal/12.6g	11日(木) ひじきごはん ヒレカツ 花型とうふ たこちゃんウィンナー ほうれん草のおひたし りんご缶 *380kcal/10.8g	★12日(金) たまごふりかけごはん 白身魚のひとくちフライ 照り焼きつくね かぼちゃの甘煮 ブロッコリーのごま和え 洋なし缶 *371kcal/11.4g
15日(月) 【敬老の日】 	16日(火) 白飯 そぼろあん肉じゃが チキンナゲット ブロッコリー サイダー風味ゼリー *362kcal/10.3g	★17日(水) 八穀ごはん タンドリーチキン 野菜コロケ 中華肉だんご 小松菜のおひたし パイン缶 *375kcal/12.3g	18日(木) ごまふりかけごはん サクサクえびはんぺん プチハンバーグ 星型しんじょ ブロッコリーのサラダ 黄桃缶 *387kcal/10.6g	★19日(金) おかかおにぎり サーモンフライ 八幡巻 チーズオムレツ にんじんしりしり みかん缶 *337kcal/10.9g
★22日(月) カレーライス ウィンナー かにシューマイ ブロッコリー パイン缶 *419kcal/10.1g	23日(火) 【秋分の日】 	★24日(水) 野菜ふりかけごはん さわらのみそ焼き チキンリング 木の葉しんじょ チンゲン菜のごま和え 黄桃缶 *379kcal/13.3g	25日(木) のり弁 甘辛唐揚げ 海鮮ステーキ おくらのおひたし 冬瓜のそぼろあん みかん缶 *387kcal/10.7g	26日(金) 黒糖パン トマトスパゲッティ ミニ四角たまご焼き 肉詰めれんこんフライ ほうれん草のソテー パイン缶 *338kcal/9.4g
29日(月) 昆布と枝豆のごはん 海鮮揚げギョウザ つくね串 サイコロ厚揚げ煮 ブロッコリーの おかか和え 中華ポテト *408kcal/10.8g	30日(火) ナポリタン えびカツ 照り焼きハンバーグ コンソメポテト 小松菜のおひたし 黄桃缶 *394kcal/12.2g	さんま この季節、旬の魚といえはさんまです。秋になるとあぶらがたくさん含まれたさんまが大量に水揚げされます。このさんまに含まれるあぶらは、脳の働きをよくするDHA（ドコサヘキサエン酸）や悪玉コレステロールを減らす働きのあるIPA（イコサペンタエン酸）が多く含まれています。 はじの歴史		

- ★ アレルギーをお持ちでない園児様用のメニューです。
- ★ 魚の骨は極力取っていますが、気をつけてお召し上がりください。
- ★ 「栗とカカオ(ココア)以外のナッツ類」「魚卵」「そば」「納豆」は使用しません。ただし、工場内では、上記の食材を含む製品を使用しています。
- ★ 調味料(醤油 砂糖 塩 ケチャップ 中濃ソース 酢 味噌 鰹だし 鶏ガラスープ コンソメ)を使用しています。
- ★ 地産地消の取り組みをしています。
(旭区 今宿 新川さん 保土ヶ谷区 上菅田 白井さん)
- ★ 採れたて野菜を使用したメニューに変更することがあります。
- ★ 色付きの日は、オレンジ色のお弁当箱を使用します。

今日のランチは何か？
当日午前中にお弁当の写真を
Instagramにアップしています！
のぞいてみてください◎



9月

アレルギー対応食

献立表

食彩工房株式会社

* エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)

1日(月) ゆかりふりかけごはん メンチカツ 白身魚のソテー さといも煮 チンゲン菜のおひたし りんご缶 *357kcal/13.0g	2日(火) のり弁 とんかつ 豆腐ハンバーグ ウィンナー 切干大根のサラダ みかん缶 *373kcal/10.5g	★3日(水) かつおふりかけごはん 豚肉のコロッケ 照り焼きハンバーグ 一口がんも煮 ブロッコリーのおひたし りんご缶 *418kcal/12.6g	4日(木) 白飯 豚肉の生姜煮 チキンナゲット えだまめ ごぼう煮 みかん缶 *400kcal/16.7g	★5日(金) 枝豆とコーンのごはん 白身魚の甘辛唐揚げ チキンソテー 粉ふきいも ほうれん草おかか和え りんご缶 *401kcal/17.0g	
★8日(月) わかめおにぎり ポークチャップ 星のコロッケ シューマイ 小松菜のおひたし みかん缶 *361kcal/13.4g	9日(火) 青菜ふりかけごはん チキンカツ 白身魚の照り焼き サイコロ厚揚げ煮 チンゲン菜の和え物 りんご缶 *352kcal/14.1g	★10日(水) アレルギー対応パン トマトスパゲッティ 鶏の竜田揚げ ミートボール ケチャップ煮 じゃがいものサラダ みかんゼリー	11日(木) ひじきごはん 白身魚フライ ポークソテー さつまいもの甘煮 ブロッコリーの おかか和え りんご缶 *359kcal/14.8g	★12日(金) ゆかりふりかけごはん 煮込みハンバーグ ポイル野菜 マッシュパンプキン ウィンナー みかん缶 *372kcal/10.2g	
15日(月) 【敬老の日】 	16日(火) カレーライス ミートボール ほうれん草のソテー サイダー風味ゼリー *402kcal/10.0g	★17日(水) のり弁 白身魚の 野菜あんかけ 野菜グラタン シューマイ りんご缶 *395kcal/11.7g	18日(木) 青菜ふりかけごはん チキンチャップ 豚肉のコロッケ れんこん磯辺揚げ コーンソテー みかん缶 *452kcal/12.9g	★19日(金) おかかおにぎり メンチカツ 白身魚のみそ焼き 高野豆腐煮 にんじんしりしり りんご缶 *364kcal/15.5g	
★22日(月) 白飯 そぼろあん肉じゃが チキンナゲット おくらのおひたし みかん缶 *356kcal/10.7g	23日(火) 【秋分の日】 	★24日(水) かつおふりかけごはん ソースかつ 豆腐ハンバーグ カレー風味ポテト 小松菜のおひたし みかん缶 *357kcal/10.4g	25日(木) のり弁 甘辛唐揚げ 野菜炒め コーングラタン 大根煮 りんご缶 *434kcal/12.5g	26日(金) アレルギー対応パン ポパイスパゲッティ 星のコロッケ 照り焼きミートボール ブロッコリーのサラダ みかん缶 *346kcal/10.8g	
29日(月) 昆布と枝豆のごはん チキンカツ ハンバーグ サイコロ厚揚げ煮 チンゲン菜おかか和え 中華ポテト *459kcal/14.4g	30日(火) やきそば 白身魚の カレー風味焼き 青のりポテト シューマイ 小松菜のソテー みかん缶 *316kcal/11.6g	さんま あぶらがのっておいしいよ！ この季節、旬の魚といえはさんまです。秋になるとあぶらがたくさん含まれたさんまが大量に水揚げされます。このさんまに含まれるあぶらは、脳の働きをよくするDHA（ドコサヘキサエン酸）や悪玉コレステロールを減らす働きのあるIPA（イコサペンタエン酸）が多く含まれています。 ※IPAはPPA（アピオペンタエン酸）ともいいます。			はじの歴史  はしの起源は唐あたり、はっすりしていませんが、古代の中国ではすでに使われていたといえます。連絡として、中国にわたった小野妹子が「はし食」で接待され、それを聖徳太子が宮中の宴に盛り入れたのが日本でははしのはじとされています。

- ★ 食彩工房指定アレルギー除去のメニューです。
- ★ 食彩工房指定アレルギー → 玉子 乳 甲殻類 軟体類 魚卵 貝類 ナッツ類 山芋 雑穀類
そば りんご、みかん、れもん以外の果物 たら ホキ カレイ まぐろ かつお以外の魚
- ★ 軽度のアレルギー症状向けのメニューです。
- ★ だし、エキス、醤油、味噌、油の対応はできません。
- ★ 魚の骨は極力取っていますが、気をつけてお召し上がりください。
- ★ 工場内では、指定アレルギーを使用した製品も製造しています。
- ★ お弁当箱の色 → むらさき
- ★ 地産地消の取り組みをしています。
(旭区 今宿 新川さん 保土ヶ谷区 上菅田 白井さん)
- ★ 採れたて野菜を使用したメニューに変更することがあります。

今日のランチは何か？
当日午前中にお弁当の写真を
Instagramにアップしています！
のぞいてみてください◎

