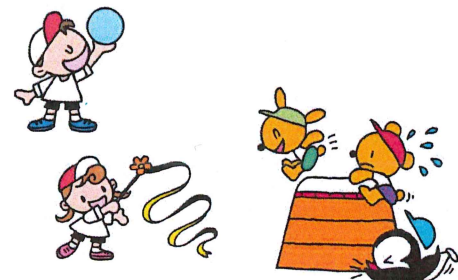


10月献立表

食彩工房株式会社

* エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)



★1日(水)

青菜おにぎり
ソースカツ
ポテトチキンロール
たまごロール
はるさめサラダ
みかん缶
*311kcal/8.7g

2日(木)
たまごふりかけごはん
ピザロール
照り焼きつくね
れんこんカレー風味揚げ
ほうれん草のソテー
パイン缶
*424kcal/9.6g

★3日(金)

赤かぶ
青菜ふりかけごはん
まぐろ野菜カツ
鶏のみそ焼き
ごぼう煮
いんげんのごま和え
りんご缶

★6日(月)

マカロニミートソース
かにクリームコロッケ
チーズオムレツ
たこちゃんウィンナー
ブロッコリーのサラダ
黄桃缶
*340kcal/10.9g

7日(火)
鮭ごはん
メンチカツ
海鮮ステーキ
さといも煮
チンゲン菜おかつ和え
みかん缶
*353kcal/9.2g

★8日(水)

白飯
ハヤシルー
ブチハンバーグ
豆腐ナゲット
パイン缶
*433kcal/10.4g

年長組遠足・おべんとう

9日(木)
かつおふりかけごはん
えびカツ
豆腐のふわふわ寄せ
青のりポテト
ひじき煮
りんご缶
*372kcal/10.0g

★10日(金)

八穀ごはん
さばのみりん漬焼き
チキンナゲット
星型しんじょ
小松菜のおひたし
黄桃缶
*401kcal/13.8g

13日(月) 【スポーツの日】



14日(火)
野菜ふりかけごはん
チキンロールフライ
トマトソースハンバー
グ
オムレツ
ほうれん草のごま和え
パイン缶
*346kcal/10.3g

★15日(水)

白飯
甘辛唐揚げ
海鮮ステーキ
さつまいもの甘煮
おくらのおかつ和え
りんご缶
*414kcal/10.9g

16日(木)
ゆかりおにぎり
切干大根
ペペロンチーノ風
さわらのフライ
ミニ四角たまご焼き
ブロッコリーのサラダ
みかん缶
343kcal/10.8g

★17日(金)

たまごふりかけごはん
チキンカツ
マヨコーンさつま
ミートボールカレー煮
チンゲン菜のおひたし
サイダー風ゼリー
*365kcal/9.9g

年中組遠足・おべんとう

★20日(月)

バターロールパン
やきそば
ミニハンバーグ
はたて風味
かまぼこフライ
ほうれん草の和え物
ピピビチーズ

21日(火)
炊き込みご飯
サーモンフライ
豆腐ステーキ
ミートボール
ケチャップ煮
ひじきサラダ
マンゴープリン
*406kcal/11.2g

★22日(水)

ごまふりかけごはん
野菜つくね
いかリングフライ
チキンマトオムレツ
チンゲン菜のおひたし
みかん缶
*380kcal/11.7g

23日(木)
青菜ふりかけごはん
鶏の照り焼き
野菜コロッケ
かにシウマイ
いんげんのおかつ和え
黄桃缶
*435kcal/13.2g

★24日(金)

白飯
豆腐の中華そばろあん
青のりちくわ天
えだまめ
パイン缶
*346kcal/11.4g

★27日(月)

栗ごはん
鶏の唐揚げ
花さつま
中華肉だんご
小松菜の煮びたし
りんご缶
*375kcal/11.0g

28日(火)
白飯
さばのみそ焼き
いかと彩り野菜カツ
さつまいもの甘煮
ブロッコリー
おかつ和え
みかん缶
*396kcal/14.3g

★29日(水)

かつおふりかけごはん
ハンバーグ
ハムカツ
コンソメポテト
切干大根のサラダ
黄桃缶
*384kcal/9.0g

30日(木)
野菜ふりかけごはん
白身魚のひとくちフ
ライ
八幡巻
サイコロ厚揚げ煮
ほうれん草のごま和え
りんごゼリー
*342kcal/9.7g

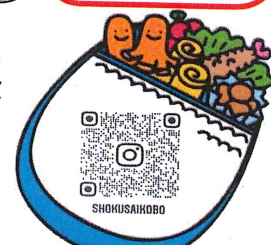
★31日(金)

白飯
ポークカレー
ハロウィンかまぼこ
コーンクリームコロッケ
みかん缶
*407kcal/8.4g

年少組遠足・おべんとう

★ 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」「納豆」「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！

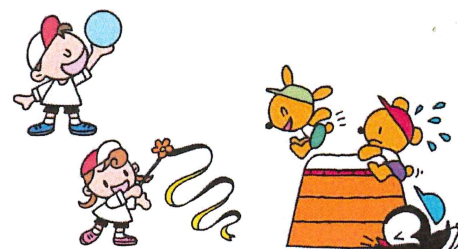


10月

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(水)

青菜おにぎり
豚肉の生姜煮
揚げ出し豆腐
さつまいもの甘煮
りんご缶
*331kcal/12.8g

2日(木)
かつおふりかけごはん
鶏のみそ焼き
豚肉のコロッケ
高野豆腐煮
ほうれん草のおひたし
みかん缶
*440kcal/15.4g

★3日(金)

ゆかりふりかけごはん
とんかつ
豆腐ハンバーグ
ごぼう煮
はるさめサラダ
りんご缶
*345kcal/9.4g

★6日(月)

マカロニクリームソース
星のコロッケ
白身魚の照り焼き
ブロッコリーのサラダ
りんご缶
*311kcal/12.8g

7日(火)
ツナごはん
メンチカツ
野菜グラタン
さといも煮
小松菜のおひたし
みかん缶
*427kcal/10.3g

★8日(水)

白飯
ポークカレー
ミートボール
チキンナゲット
りんご缶
*434kcal/11.4g

年中組遠足・おべんとう

9日(木)
白飯
豚肉と野菜のみそ炒め
シューマイ
かぼちゃの甘煮
みかん缶
*342kcal/13.3g

★10日(金)

のり弁
白身魚のみりん漬焼き
チキンカツ
一口がんも煮
おくらのおひたし
りんご缶
*360kcal/14.6g

13日(月) 【スポーツの日】



14日(火)
青菜ふりかけごはん
照り焼きハンバーグ
とんかつ
青のりポテト
チンゲン菜おかつ和え
りんご缶
*362kcal/11.1g

★15日(水)

白飯
甘辛唐揚げ
ポークソテー
高野豆腐煮
いんげんのおひたし
みかん缶
*396kcal/14.9g

16日(木)
ゆかりおにぎり
白身魚フライ
豆腐ハンバーグ
粉ふきいも
ブロッコリーの
おかつ和え
りんご缶
*310kcal/12.6g

★17日(金)

かつおふりかけごはん
豚肉のしぐれ煮
ウィンナー
切干大根のサラダ
サイダー風ゼリー
*351kcal/13.5g

年中組遠足・おべんとう

★20日(月)

アレルギー対応パン
バジルスバゲッティ
とんかつ
ミートボール
ケチャップ煮
チンゲン菜のソテー
みかん缶

21日(火)
炊き込みご飯
鶏じゃが
シューマイ
ほうれん草のおひたし
りんごゼリー
*369kcal/15.9g

★22日(水)

ツナごはん
豚肉のコロッケ
野菜炒め
コーングラタン
れんこん
カレー風味揚げ
りんご缶

23日(木)
青菜ふりかけごはん
メンチカツ
チキンソテー
サイコロ厚揚げ煮
おくらのおひたし
みかん缶
*456kcal/16.0g

★24日(金)

白飯
豆腐の中華そばろあん
チキンナゲット
ブロッコリー
りんご缶
*345kcal/11.5g

★27日(月)

かつおふりかけごはん
鶏の竜田揚げ
ポークチャップ
さつまいもの甘煮
小松菜の煮びたし
りんご缶
*427kcal/16.6g

28日(火)
白飯
白身魚のみそ焼き
チキンカツ
大根煮
じゃがいものサラダ
みかん缶
*375kcal/13.8g

★29日(水)

ゆかりふりかけごはん
酢鶏
ミートボールカレー煮
切干大根のサラダ
みかんゼリー
*390kcal/13.0g

30日(木)
のり弁
ハンバーグ
白身魚の竜田揚げ
コンソメポテト
ほうれん草おかつ和え
りんご缶
*368kcal/13.9g

★31日(金)

白飯
ハヤシルー
ハロウィンかまぼこ
星のコロッケ
みかん缶
*409kcal/9.1g

年少組遠足・おべんとう

★ 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除去 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！

