

標準プレート献立

ひづけ	こんだて	卵	乳製品	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	
1 にち げつようび カロリー 404kcal たんぱくしつ 10.1g ししつ 12.1g えんぶん 1.8g	ごはん									
	チキンナゲット			*						
	ケチャップかけ									
	マッシュポテトフライ		*							
	いろどりソーセージソテー			*						
	キャベツにんじんいため			*						
	だいこんサラダ	*								
アロエ										
みそしる(わかめ・あぶらあげ・にんじん)			*							
2 にち かようび カロリー 352kcal たんぱくしつ 11.4g ししつ 6.8g えんぶん 1.8g	ごはん									
	チキンケチャップあえ			*						
	しまじろうこうやとうふ			*						
	だしまきたまご	*		*						
	にんじんコーンソテー			*						
	あおなもやしのおひたし			*						
	みかんかん									
	みそしる(だいこん・たまねぎ・わかめ)			*						
3 にち すいようび カロリー 420kcal たんぱくしつ 11.0g ししつ 13.3g えんぶん 1.7g	★年少弁当日★									
	のりたまふりかけごはん	*	*	*						
	しろみさかなフライ			*						
	ちくわフライ			*						
	にんじんうまに			*						
	ミニペンネソテー			*						
	ハムフライ			*						
	わかめツナサラダ	*		*						
ももかん										
4 にち もくようび カロリー 381kcal たんぱくしつ 11.0g ししつ 8.6g えんぶん 2.0g	ごはん									
	やきにくふうやさしいため			*						
	にんじんさつま									
	あげたこやき	*		*						
	ブロッコリー			*						
	オレンジ									
	みそしる(えのき・だいこん・あぶらあげ)			*						
5 にち きんようび カロリー 365kcal たんぱくしつ 8.6g ししつ 7.9g えんぶん 1.8g	ごはん									
	ポークヒレカツ			*						
	おたふくソース			*						
	れんこんうまに			*						
	チキンリング			*						
	もやしにんじんソテー			*						
	コールスローサラダ	*		*						
	りんごかん									
コンソメスープ(ほうれんそう・にんじん・えのき)		*	*							

ひづけ	こんだて	卵	乳製品	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ
15 にち げつようび	ごはん								
	はるまき			*					
	ハムフライ			*					
	にんじんコーンソテー			*					
	ひじきうまに			*					
	さつまいもかんろに								
	みそしる(わかめ・あぶらあげ・にんじん)			*					
16 にち かようび	ごはん								
	えびフライ			*			*		
	タルタルソース	*							
	ブロッコリー			*					
	もやしソテー								
	コーンわかめサラダ	*		*					
	りんごかん								
17 にち すいようび	☆おたのしみプレート☆ ～ピピンパどん～								
	ごはん								
	ぶたそぼろ			*					
	あおなナムル			*					
	だしまきたまご	*		*					
	ヤングコーンいそてん			*					
	ミニペンネソテー			*					
18 にち もくようび	はちみつレモンゼリー								
	☆満3弁当日☆								
	ごはん								
	やさしいりおさかなメンチカツ			*					
	おたふくソース			*					
	いろどりソーセージソテー			*					
	かぼちゃフライ			*					
19 にち きんようび	やきスパゲティー			*					
	あおなマヨあえ	*		*					
	アロエ								
	みそしる(もやし・はくさい・ふ)			*					
	おかかふりかけごはん		*	*					
	とりにくカレーてん			*					
	しまじろうこやとうふ			*					
20 にち げつようび	ブロッコリー			*					
	キャベツにんじんいため			*					
	オニオンリング			*					
	ナムル			*					
	みかんかん								
21 にち げつようび	☆年長弁当日☆								
	ごはん								
	ボークとチキンのミンチカツ			*					
	おたふくソース			*					
	だいこんうまに			*					
	あおのりいりだしまきたまご	*		*					
	あおなソテー			*					
22 にち げつようび	キャベツのゆかりあえ								
	アロエ								
	みそしる(とうふ・たまねぎ・ふ)			*					
23 にち かようび	☆すきやきどん☆								
	ごはん								
	すきやきふうに			*					
	あかかぶさつまうまに			*					
	かぼちゃむしに			*					
	ぎょうざいそあげ			*					
	もやしとにんじんごまあえ			*					
24 にち すいようび	りんごかん								
	☆おたんじょうびかい☆								
	ごはん								
	カレー		*	*					
	ボークヒレカツ			*					
	マカロニシーザーサラダ	*	*	*					
	りんご								
25 にち もくようび	ごはん								
	のりふりかけ								
	ハンバーグ		*	*					
	あんかけ			*					
	ボークソーセージてん			*					
	たまねぎコーンのつまみあげ			*					
	もやしソテー								
26 にち きんようび	きりぼしだいこんうまに			*					
	ももかん								
	みそしる(わかめ・あぶらあげ・にんじん)			*					
	あじよせふりかけごはん	*	*	*					
	とりにくのあげに			*					
	ハムソテー			*					
	ブロッコリー			*					
27 にち げつようび	ごぼういりに			*					
	ちくわのカレーあげ			*					
	わかめツナサラダ	*		*					
	オレンジ								
28 にち きんようび	ごはん								
	わかめふりかけ								
	ミニじゃがコロッケ			*					
	おたふくソース			*					
	ちくわフライ			*					
	チキンリング			*					
	やきスパゲティー			*					
29 にち げつようび	コールスローサラダ	*		*					
	りんごかん								
	みそしる(チンゲン・えのき・たまねぎ)			*					
	ごはん								
	とりにくいそあげ			*					
	あまずあんかけ			*					
	ボイルボークソーセージ			*					
30 にち かようび	ヤングコーンフライ			*					
	マカロニわふうソテー			*					
	だいこんとツナのにももの			*					
	オレンジ								
	みそしる(たまねぎ・キャベツ・わかめ)			*					

ひづけ	こんだて	卵	乳製品	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ
23 にち かようび	☆すきやきどん☆								
	ごはん								
	すきやきふうに			*					
	あかかぶさつまうまに			*					
	かぼちゃむしに			*					
	ぎょうざいそあげ			*					
	もやしとにんじんごまあえ			*					
24 にち すいようび	りんごかん								
	☆おたんじょうびかい☆								
	ごはん								
	カレー		*	*					
	ボークヒレカツ			*					
	マカロニシーザーサラダ	*	*	*					
	りんご								
25 にち もくようび	ごはん								
	のりふりかけ								
	ハンバーグ		*	*					
	あんかけ			*					
	ボークソーセージてん			*					
	たまねぎコーンのつまみあげ			*					
	もやしソテー								
26 にち きんようび	きりぼしだいこんうまに			*					
	ももかん								
	みそしる(わかめ・あぶらあげ・にんじん)			*					
	あじよせふりかけごはん	*	*	*					
	とりにくのあげに			*					
	ハムソテー			*					
	ブロッコリー			*					
27 にち げつようび	ごぼういりに			*					
	ちくわのカレーあげ			*					
	わかめツナサラダ	*		*					
	オレンジ								
28 にち きんようび	ごはん								
	わかめふりかけ								
	ミニじゃがコロッケ			*					
	おたふくソース			*					
	ちくわフライ			*					
	チキンリング			*					
	やきスパゲティー			*					
29 にち げつようび	コールスローサラダ	*		*					
	りんごかん								
	みそしる(チンゲン・えのき・たまねぎ)			*					
	ごはん								
	とりにくいそあげ			*					
	あまずあんかけ			*					
	ボイルボークソーセージ			*					
30 にち かようび	ヤングコーンフライ			*					
	マカロニわふうソテー			*					
	だいこんとツナのにももの			*					
	オレンジ								
	みそしる(たまねぎ・キャベツ・わかめ)			*					

本品製造工場では、[卵]・[乳製品]・[小麦]・[そば]・[落花生]・[えび]・[かに]を含む製品を製造しています。

※アレルギー表示については、含まれるものに「＊」を記載しています。

仕入れの都合によりメニュー内容を変更する場合がございますので、誠に勝手ではございますが、ご了承いただきたいと思います。

株式会社いわきゆうグループ本部 栄養企画開発室