

1月 ようちえんのおべんとう



エンゼルフーズ株式会社

れいわ5ねん

★仕入れ材料の都合による献立の変更はご了承ください。

<p>9 げつ せいじんのひ いんげんグラッセ フルーツ しろごはん 411kcal/12.8g</p>	<p>10 か とりにくのからあげ こまつなとベーコンのソテー ツナポテト にんじんに あんにと豆腐 しろごはん 439kcal/11.1g</p>	<p>11 すい すきやきふうに カニカマてんぷら ちぐさやき ブロッコリー フルーツ しろごはん 419kcal/13.0g</p>	<p>5 もく ちくぜんに ほうれんそうのあえもの にまめ エビフリッター フルーツ ちらしずし 420kcal/12.2g</p>	<p>6 きん はるまき キャベツソテー ミニオムレツ こふきいも えだまめ フルーツ ソースやきそば 340kcal/10.9g</p>
<p>16 げつ さかなのごまだれやき やきうどん アンパンマンポテト にくだんご いんげんグラッセ フルーツ しろごはん 411kcal/12.8g</p>	<p>17 か ボルガライスふう (オムレツ・とんかつ) あおなソテー とりにくのてりやき フルーツ ピラフ 408kcal/11.7g</p>	<p>18 すい カニクリームコロッケ ミートスパ やさいのしらあえ とりつくね フルーツ しろごはん 422kcal/10.5g</p>	<p>12 もく チキンのピザソース フライドポテト コールスローサラダ フランクフルト フルーツ パセリごはん 429kcal/14.7g</p>	<p>13 きん エンゼルカレー エビフライ えだまめとコーンのグラッセ やきとり ふかしいも フルーツ しろごはん 439kcal/12.0g</p>
<p>23 げつ ポークカレー はるさめサラダ あげしゅうまい フルーツ しろごはん 406kcal/8.8g</p>	<p>24 か ささみチーズフライ えだまめ れんこんきんぴら スイートポテトサラダ ソーセージ フルーツポンチ ごましおごはん 438kcal/9.8g</p>	<p>25 すい エビフライ マカロニソテー ブロッコリー さくらしゅうまい ミニオムレツ フルーツ おかかごはん 406kcal/10.0g</p>	<p>19 もく プルコギふういため まぐろのタルタルふうみカツ コンソメポテト ヤングコーン フルーツ しろごはん 423kcal/12.0g</p>	<p>20 きん てりやきチキン やきそば ブロッコリー あつやきたまご タコウイナー フルーツ おにぎり 415kcal/16.6g</p>
<p>30 げつ とりにくのからあげ やきそば あつやきたまご ブロッコリー タコウイナー フルーツ おにぎり 417kcal/11.5g</p>	<p>26 もく ぶたにくのしょうがやき やさしいため れんこんはさみあげ あかカブさつま さつまいものあまに フルーツ しろごはん 411kcal/10.4g</p>	<p>27 きん わふうハンバーグ ポパイスパ ロールキャベツ ちくわのてんぷら さいいもに フルーツ しろごはん 434kcal/10.8g</p>	<p>31 か ミートマカロニ コーンサラダ フランクフルト にんじんグラッセ フルーツ ミルクパン/やさいコロッケ 377kcal/10.3g</p>	

★カロリー量とタンパク質量は(kcal/g)で表記しております。

★魚料理は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がってください。

★迷子のスプーン・フォークが増えています。みんなのかわいいスプーンやフォークには園名とお名前を記入を必ずお願い致します！

★練り物(さつま揚げ、ちくわ、はんぺんなど)の中に見られる黒や赤、または黄色の点や線状のものは、魚皮ですのでご安心してお召し上がりいただけます。

★おにぎりを食べる時はしっかりと手を洗いましょう！！

※メニューに★印がついているおかずは、誤嚥が無いよう、気をつけてお召し上がりください。

今月の食材 主な産地			
キャベツ	愛知	りんご	青森
白菜	兵庫	オレンジ	アメリカ
大根	神奈川	鶏肉	ブラジル
米	石川・青森	豚肉	カナダ

