

# 2019年 9月 ようちえんきゅうしょく



服部 幸應 (はっとりゆきお)

医学博士・健康大使。日本の料理評論家、学校法人服部学園理事長、服部栄養専門学校校長、社団法人全国調理師養成施設協会会長、東日本料理学校協会会長、NPO日本食育インストラクター協会理事長、内閣府食育推進室「食育推進会議」委員なども務め叙勲歴もある「食育」の第一人者。

株式会社さんG



www.shokuiku-sankyu.com

日付	主食	献立	体をつくる (あか)	熱や力になる (きいろ)	体調を整える (みどり)	カロリー たんぱく質 塩分
2 (月)	ごはん	ささみチーズカツ ミニトマト カットコーン ほうれんそうときのこのあえもの みかん	鶏肉	米・植物油脂 小麦粉・パン粉	ミニトマト コーン・えのき ほうれん草 みかん	406 16.9 1.3
3 (火)	ごはん	さんまのやわらかに こまつなのおひたし さといものにくみそかけ ちくわのいそべあげ もも	さんま 豚肉 ちくわ 油揚げ	米・植物油脂 小麦粉	小松菜・人参 里芋・あおのり もも	390 12.2 0.8
4 (水)	しゃくいくごはん	ぎゅうにくとキャベツのあまからいため だいこんとさつまあげのもの こまつなのおかかあえ さつまいものあまに ぶどう	牛肉 かつお節 さつま揚げ	米・植物油脂 モチキビ・大麦 アマランサス モチアワ・黒米 片栗粉・ごま	キャベツ・玉ねぎ 赤ピーマン・大根 大根の葉・しめじ 小松菜・人参 さつま芋・ブドウ	416 13.0 1.4
5 (木)	ごはん	ミートソースオムレツ スパゲッティ チキンナゲット ポテトサラダ リンゴ	卵 豚肉 鶏肉 ハム	米・植物油脂 じゃが芋 マヨネーズ スパゲッティ	ブロッコリー 人参・きゅうり リンゴ	390 12.2 0.8
6 (金)	ごはん	チキンカレー むらさきもコロック コールスロー  みかん	鶏肉	米・植物油脂 カレールー 小麦粉・パン粉 ドレッシング じゃが芋	玉ねぎ・人参 グリーンピース 紫芋・コーン キャベツ・きゅうり みかん	434 10.1 1.4
9 (月)	ごはん	ふたのしょうがやき ポイルキャベツ ちゅうかはるさめサラダ ミニイカフライ パイン	豚肉 ハム イカ	米・植物油脂 小麦粉・パン粉 はるさめ ごま	玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり パイン	401 13.3 1.6
10 (火)	ロールパン わかめたわらおにぎり	ハンバーグ ナポリタン きんぴらごぼう  キャンディーチーズ	豚肉 鶏肉 チーズ わかめ	ロールパン 米・植物油脂 スパゲッティ ごま	玉ねぎ・人参 ピーマン ごぼう	501 11.9 1.4
11 (水)	ごはん	メンチカツ エビグラタン インゲンのごまあえ ポイルブロッコリー もも	豚肉 エビ	米・植物油脂 小麦粉・パン粉 ごま	いんげん・人参 ブロッコリー もも	395 10.1 0.6
12 (木)	ごはん	ポークソーサーおろしソース しらたきのいために にんじんのサラダ ハッシュドポテト ミニゼリー	豚肉 かにかま	米・植物油脂 小麦粉・ごま じゃが芋	大根・しらたき いんげん・人参	417 16.1 1.6
13 (金)	ごはん	アジのケチャップなんばん マカロニサラダ たまごロールのいそべまき  オレンジ	アジ ハム 卵	米・植物油脂 小麦粉 ドレッシング マカロニ	玉ねぎ・人参 ピーマン・きゅうり キャベツ・のり オレンジ	417 17.6 1.6

☆仕入れ材料の都合により変更になる場合がございます。予めご了承ください。  
 ☆スプーン等に氏名・園名の記入をお願いします。  
 ☆弊社の給食には、「ピーナッツ」と「そば」を原料にしているものは使用しておりません。



日付	主食	献立	体をつくる (あか)	熱や力になる (きいろ)	体調を整える (みどり)	カロリー たんぱく質 塩分
16 (月)		けいろうのひ				
17 (火)	さつまいもごはん	さけのマヨネーズやき きのことチンゲンさいのいためもの ミートボール きりぼしだいこん みかん	鮭 豚肉 鶏肉	米・植物油脂 マヨネーズ	さつま芋・しめじ チンゲン菜・人参 切り干し大根 こんにゃく みかん	405 13.7 1.2
18 (水)	ごはん	しいたけのにくつめフライ スマイルポテト ほうれんそうとコーンのソテー えだまめとひじきのにももの リンゴ	豚肉 ひじき 油揚げ	米・植物油脂 じゃが芋 米・植物油脂	しいたけ・コーン ほうれん草 人参・枝豆 リンゴ	409 12.5 1.6
19 (木)	ごはん	ぶたにくのれいしやぶおろしソース ようふうに レンコンのてりやき おくらのはいにくあえ ぶどう	豚肉 ウインナー	米・植物油脂 じゃが芋	大根・人参 インゲン・レンコン オクラ・えのき 梅・ブドウ	419 17.5 1.6
20 (金)	ごはん	とりにくのレーズンケチャップに ブロッコリーのごまあえ きゅうりとカブのいためつけ じゃがいものミルクに みかん	鶏肉 牛乳	米・植物油脂 じゃが芋 ごま	玉ねぎ・レーズン ブロッコリー エリンギ・かぶ きゅうり・長ネギ みかん	420 18.3 1.6
	服部メニュー					
23 (月)		しゅうぶんのひ				
24 (火)	ごはん	ビーフカレー ひとくちヒレカツ まめサラダ  パイン	牛肉 豚肉 大豆	米・植物油脂 カレールー じゃが芋 マヨネーズ 小麦粉・パン粉	玉ねぎ・人参 きゅうり・枝豆 ひよこ豆 パイン	465 14.6 1.8
25 (水)	クロワッサン ゴマしおおにぎり	デミグラスハンバーグ ナポリタン こまつなとシラスのあえもの  もも	豚肉 鶏肉 シラス	クロワッサン 米・植物油脂 ごま スパゲッティ	さつま芋・人参 小松菜 もも	399 15.1 1.6
26 (木)	ごはん	とりのからあげ ポイルアスパラ かぼちゃのいとこに だいこんとツナのにももの リンゴ	鶏肉 ツナ	米・植物油脂 片栗粉・小麦粉	アスパラ・人参 大根・カボチャ 小豆 リンゴ	421 14.5 0.6
27 (金)	ごはん	すぶた あげシュウマイ チンゲンさいのごまあえ  ヨーグルトゼリー	豚肉 ヨーグルト	米・植物油脂 小麦粉・片栗粉 ごま	玉ねぎ・たけのこ 人参・ピーマン チンゲン菜	435 11.0 1.0
30 (月)	しょくいくごはん	エビフライ こんさいとウインナーのソテー ほうれんそうのだししょうゆあえ むしカボチャ オレンジ	エビ ウインナー かまぼこ	モチキビ・大麦 アマランサス モチアワ・黒米 片栗粉・ごま 小麦粉・パン粉	レンコン・人参 玉ねぎ・コーン ほうれん草 カボチャ オレンジ	416 15.9 1.5
	服部メニュー					

