

福山市自然研修センター 2022年幼児:

	メニュー	材料名
朝食 413kcal	ご飯(70g)	ご飯
	味噌汁	味噌
		豆腐
		油揚げ
		だしの素
		ねぎ
		わかめ
	野菜	マヨネーズ
		人参
		ブロッコリー
		きゅうり
チキンナゲット	チキンナゲット	
ソーセージ	フランクフルトソーセージ	
	ケチャップ	
ハッシュドポテト	星ポテ	
フルーツ(りんごの場合)	りんご	
ふりかけ	かつおふりかけ	
昼食 442kcal	ご飯(100g)	ご飯
	カレー	カレールー
		牛肉
		玉ねぎ
		人参
		じゃが芋
		コーン
		ケチャップ
	サラダ	青じそドレッシング
		キャベツ
とまと		
ブロッコリー		
ヨーグルト	ヨーグルト	
夕食 451kcal	ご飯	ご飯
	かきたまスープ	卵
		ごま
		鶏がらスープの素
		わかめ
	ポテトサラダ	ポテトサラダベース
		マヨネーズ
		枝豆
		コーン
	ナポリタン	もちもちナポリタン
	鶏のから揚げ	鶏もも肉
		こいくち醤油
		ごま油
		酒
		塩
しょうが		
にんにく		
片栗粉		
もやしとハムの胡麻和え	ソーセージ	
	ごま	
	ごま油	
	中華ドレッシング	
	めんつゆ	
	もやし	
キャベツの千切り	青じそドレッシング	
	キャベツ	

食献立表・カロリー表・アレルギー表

アレルギー
—
大豆
大豆
大豆, 小麦
—
—
—
卵, 小麦, 大豆
—
—
—
小麦, 卵, 乳成分, 鶏肉
卵, 乳成分, 牛肉, 大豆, 鶏肉, 豚肉, ゼラチン
—
—
りんご
小麦, ごま, 大豆, さば, 乳 ※えび, かに
—
乳, 小麦, 大豆, 鶏肉, バナナ, 豚肉, りんご
牛肉
—
—
—
—
—
小麦, 乳, 大豆, 鶏肉, ゼラチン
—
—
—
乳, ゼラチン
—
卵
ごま
鶏肉
—
小麦, 卵, 乳成分, 鮭, 大豆
卵, 小麦, 大豆
大豆
—
卵, 乳, 小麦, 大豆, 豚肉, りんご
鶏肉
小麦, 大豆
ごま
—
—
—
—
—
卵, 乳成分, 大豆, 鶏肉, 豚肉
ごま
ごま
小麦, ごま, 大豆
小麦, 大豆
—
小麦, 乳, 大豆, 鶏肉, ゼラチン
—