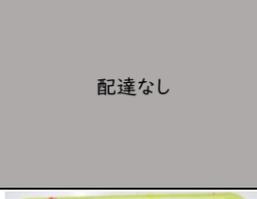


フレスタこども弁当メニュー表

日にち	曜日	お弁当写真	献立	食材・原材料	栄養量	食物アレルギー(特定原材料8品目+特定原材料に準ずる20品目)
7月20日	土		鶏のカレーソース弁当 白飯(ふりかけ) 鶏唐揚げのカレーソース 人参とツナのサラダ 玉子焼	白飯(国産)、鶏唐揚げ((冷)鶏唐揚げ、植物油)、人参ツナサラダ(人参、ツナ、マヨネーズ、ドレッシング)、玉子焼、カレーソース、ブロッコリー、ふりかけ	エネルギー606kcal たんぱく質15.6g 脂質28.8g 炭水化物69.0g 塩分相当量1.5g	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・ゼラチン・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんご※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
7月21日	日	配達なし				
7月22日	月		ハンバーグとエビフライ弁当 白飯(ふりかけ) デミソースハンバーグとエビフライ ポテトとウインナーのチーズ和え ナポリタンスパゲッティ 玉子焼	白飯(国産)、ポテトとウインナーのチーズ和え((冷)フライドポテト、植物油、塩、ウインナー、粉チーズ、青さ粉)、(冷)ハンバーグ、海老フライ((冷)エビフライ、植物油)、ナポリタンスパゲッティ(スパゲッティ、ケチャップ、植物油、砂糖、ブイオン)、玉子焼、ブロッコリー、デミグラスソース、ふりかけ	エネルギー557kcal たんぱく質14.6g 脂質22.1g 炭水化物71.8g 塩分相当量2.1g	小麦・卵・乳成分・えび・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉
7月23日	火		肉団子ケチャップソースの中華弁当 白飯(ふりかけ) 肉団子と野菜のケチャップソース カレー春巻き 焼売	白飯(国産)、肉団子と野菜のケチャップソース和え((冷)肉団子、玉ねぎ、人参、赤ピーマン、黄ピーマン、緑ピーマン、ケチャップソース、植物油)、カレー春巻き((冷)春巻き、植物油)、(冷)焼売、ブロッコリー、ふりかけ	エネルギー510kcal たんぱく質12.9g 脂質16.3g 炭水化物76.3g 塩分相当量1.8g	小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉を含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
7月24日	水		星のコロッケとハムカツ弁当 白飯(ふりかけ) 星のコロッケとハムカツ ほうれん草と蒸し鶏の和え物 ポテトサラダ	白飯(国産)、ハムカツ((冷)ハムカツ、植物油)、ほうれん草と蒸し鶏の和え物(ほうれん草、蒸し鶏、人参、つゆ)、星のコロッケ((冷)星型コロッケ、植物油)、ポテトサラダ(じゃがいも、ドレッシング、人参、玉葱、砂糖、マスタード、塩)、ふりかけ	エネルギー520kcal たんぱく質11.5g 脂質16.6g 炭水化物79.0g 塩分相当量1.7g	小麦・卵・乳成分・ごま・さけ・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
7月25日	木		白身魚のカレーあんかけ弁当 白飯(ふりかけ) 白身魚フライのカレーあんかけ マカロニサラダ 玉子焼	白飯(国産)、白身魚フライ((冷)白身魚フライ、植物油)、カレーあんかけ(玉ねぎ、ピーマン、つゆ、カレー粉、でん粉)、マカロニサラダ(マカロニ、マヨネーズ、玉葱、人参、キャベツ、胡瓜、コーン、ハム)、玉子焼、ふりかけ	エネルギー484kcal たんぱく質13.0g 脂質14.8g 炭水化物72.1g 塩分相当量1.9g	小麦・卵・乳成分・ごま・さば・ゼラチン・大豆・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
7月26日	金		牛焼肉弁当 白飯(ふりかけ) 牛焼肉 ウインナー、玉子焼、ブロッコリー コールスローサラダ	白飯(国産)、牛焼肉(牛肉、玉葱、たれ、人参、植物油)、ウインナー((冷)ウインナー、植物油)、玉子焼、ブロッコリー、コールスローサラダ(キャベツ、玉葱、コーン、マヨネーズ、人参、ドレッシング、砂糖、食塩)、ふりかけ	エネルギー506kcal たんぱく質13.5g 脂質21.6g 炭水化物62.3g 塩分相当量1.9g	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
7月27日	土		鶏のから揚げ弁当 白飯(ふりかけ) 鶏唐揚げ ブロッコリーのサラダ ナポリタンスパゲッティ ポテトサラダ	白飯(国産)、鶏唐揚げ((冷)鶏唐揚げ、植物油)、ナポリタンスパゲッティ(スパゲッティ、ケチャップ、植物油、砂糖、ブイオン)、ブロッコリーのサラダ(ブロッコリー、人参、ツナ、マヨネーズ、ドレッシング)、ポテトサラダ(じゃがいも、ドレッシング、人参、玉葱、砂糖、マスタード、塩)、ふりかけ	エネルギー586kcal たんぱく質13.3g 脂質27.0g 炭水化物71.0g 塩分相当量1.4g	小麦・卵・乳成分・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
7月28日	日	配達なし				
7月29日	月		ハンバーグとエビフライ弁当 白飯(ふりかけ) トマトソースハンバーグとエビフライ ポテトとウインナーのチーズ和え ナポリタンスパゲッティ 南瓜サラダ	白飯(国産)、ポテトとウインナーのチーズ和え((冷)フライドポテト、植物油、塩、ウインナー、粉チーズ、青さ粉)、(冷)ハンバーグ、海老フライ((冷)エビフライ、植物油)、ナポリタンスパゲッティ(スパゲッティ、ケチャップ、植物油、砂糖、ブイオン)、南瓜サラダ(南瓜、ドレッシング、砂糖、食塩)、ブロッコリー、トマトソース、ふりかけ	エネルギー549kcal たんぱく質12.6g 脂質21.3g 炭水化物74.2g 塩分相当量2.0g	小麦・卵・乳成分・えび・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉
7月30日	火		てりやき肉団子の中華弁当 白飯(ふりかけ) 肉団子と野菜のてりやきソース カレー春巻き 焼売	白飯(国産)、肉団子と野菜のてりやきソース和え((冷)肉団子、玉ねぎ、人参、赤ピーマン、黄ピーマン、緑ピーマン、てりやきソース、植物油)、カレー春巻き((冷)春巻き、植物油)、(冷)しゅうまい、ブロッコリー、ふりかけ	エネルギー499kcal たんぱく質12.6g 脂質14.5g 炭水化物77.7g 塩分相当量2.4g	小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
7月31日	水		メンチカツと南瓜コロッケ弁当 白飯(ふりかけ) メンチカツと南瓜コロッケ ブロッコリーのベーコン炒め 玉子焼	白飯(国産)、メンチカツ((冷)メンチカツ、植物油)、ブロッコリーのベーコン炒め(ブロッコリー、ベーコン、発酵調味料、植物油、塩)、南瓜コロッケ((冷)南瓜コロッケ、植物油)、玉子焼、ふりかけ	エネルギー515kcal たんぱく質11.8g 脂質16.8g 炭水化物77.2g 塩分相当量1.8g	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・ゼラチン・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月1日	木		白身フライのタルタルソース弁当 白飯(ふりかけ) 白身魚フライのタルタルソース ほうれん草と卵の炒め物 ポテトサラダ トマト	白飯(国産)、白身魚フライ((冷)白身魚フライ、植物油)、タルタルソース、ほうれん草と卵の炒め物(ほうれん草、玉ねぎ、ベーコン、植物油、塩、コンソメ、こしょう)、ポテトサラダ(じゃがいも、ドレッシング、人参、玉葱、砂糖、マスタード、塩)、ミニトマト、ふりかけ	エネルギー474kcal たんぱく質12.0g 脂質17.5g 炭水化物64.9g 塩分相当量1.4g	小麦・卵・乳成分・ごま・さけ・さば・ゼラチン・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています

8月2日	金		牛焼肉弁当 白飯(ふりかけ) 牛焼肉 コロッケ、野菜(ブロッコリー、トマト) コールスローサラダ	白飯(国産)、牛焼肉(牛肉、玉葱、たれ、人参、植物油)、野菜コロッケ((冷)野菜コロッケ、植物油)、コールスローサラダ(キャベツ、玉葱、コーン、マヨネーズ、人参、ドレッシング、砂糖、食塩)、ブロッコリー、ミニトマト、ふりかけ	エネルギー509kcal たんぱく質10.8g 脂質21.4g 炭水化物66.5g 塩分相当量1.6g	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月3日	土		鶏のカレーソース弁当 白飯(ふりかけ) 鶏唐揚げのカレーソース 人参とツナのサラダ 玉子焼	白飯(国産)、鶏唐揚げ((冷)鶏唐揚げ、植物油)、人参ツナサラダ(人参、ツナ、マヨネーズ、ドレッシング)、玉子焼、カレーソース、ブロッコリー、ふりかけ	エネルギー606kcal たんぱく質15.6g 脂質28.8g 炭水化物69.0g 塩分相当量1.5g	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・ゼラチン・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんご※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月4日	日	配達なし				
8月5日			ハンバーグとエビフライ弁当 白飯(ふりかけ) デミソースハンバーグとエビフライ ポテトとウインナーのチーズ和え ナポリタンスパゲッティ 玉子焼	白飯(国産)、ポテトとウインナーのチーズ和え((冷)フライドポテト、植物油、塩、ウインナー、粉チーズ、青さ粉)、(冷)ハンバーグ、海老フライ((冷)エビフライ、植物油)、ナポリタンスパゲッティ(スパゲッティ、ケチャップ、植物油、砂糖、ピジョン)、玉子焼、ブロッコリー、デミグラスソース、ふりかけ	エネルギー557kcal たんぱく質14.6g 脂質22.1g 炭水化物71.8g 塩分相当量2.1g	小麦・卵・乳成分・えび・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉
8月6日	火		肉団子ケチャップソースの中華弁当 白飯(ふりかけ) 肉団子と野菜のケチャップソース カレー春巻き 焼売	白飯(国産)、肉団子と野菜のケチャップソース和え((冷)肉団子、玉ねぎ、人参、赤ピーマン、黄ピーマン、緑ピーマン、ケチャップソース、植物油)、カレー春巻き((冷)春巻き、植物油)、(冷)焼売、ブロッコリー、ふりかけ	エネルギー510kcal たんぱく質12.9g 脂質16.3g 炭水化物76.3g 塩分相当量1.8g	小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉を含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月7日	水		星のコロッケとハムカツ弁当 白飯(ふりかけ) 星のコロッケとハムカツ ほうれん草と蒸し鶏の和え物 ポテトサラダ	白飯(国産)、ハムカツ((冷)ハムカツ、植物油)、ほうれん草と蒸し鶏の和え物(ほうれん草、蒸し鶏、人参、つゆ)、星のコロッケ((冷)星型コロッケ、植物油)、ポテトサラダ(じゃがいも、ドレッシング、人参、玉葱、砂糖、マスタード、塩)、ふりかけ	エネルギー520kcal たんぱく質11.5g 脂質16.6g 炭水化物79.0g 塩分相当量1.7g	小麦・卵・乳成分・ごま・さけ・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月8日	木		白身魚のカレーあんかけ弁当 白飯(ふりかけ) 白身魚フライのカレーあんかけ マカロニサラダ 玉子焼	白飯(国産)、白身魚フライ((冷)白身魚フライ、植物油)、カレーあんかけ(玉ねぎ、ピーマン、つゆ、カレー粉、でん粉)、マカロニサラダ(マカロニ、マヨネーズ、玉葱、人参、キャベツ、胡瓜、コーン、ハム)、玉子焼、ふりかけ	エネルギー484kcal たんぱく質13.0g 脂質14.8g 炭水化物72.1g 塩分相当量1.9g	小麦・卵・乳成分・ごま・さば・ゼラチン・大豆・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月9日	金		牛焼肉弁当 白飯(ふりかけ) 牛焼肉 ウインナー、玉子焼、ブロッコリー コールスローサラダ	白飯(国産)、牛焼肉(牛肉、玉葱、たれ、人参、植物油)、ウインナー((冷)ウインナー、植物油)、玉子焼、ブロッコリー、コールスローサラダ(キャベツ、玉葱、コーン、マヨネーズ、人参、ドレッシング、砂糖、食塩)、ふりかけ	エネルギー506kcal たんぱく質13.5g 脂質21.6g 炭水化物62.3g 塩分相当量1.9g	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
8月10日	土		鶏のから揚げ弁当 白飯(ふりかけ) 鶏唐揚げ ブロッコリーのサラダ ナポリタンスパゲッティ ポテトサラダ	白飯(国産)、鶏唐揚げ((冷)鶏唐揚げ、植物油)、ナポリタンスパゲッティ(スパゲッティ、ケチャップ、植物油、砂糖、ピジョン)、ブロッコリーのサラダ(ブロッコリー、人参、ツナ、マヨネーズ、ドレッシング)、ポテトサラダ(じゃがいも、ドレッシング、人参、玉葱、砂糖、マスタード、塩)、ふりかけ	エネルギー586kcal たんぱく質13.3g 脂質27.0g 炭水化物71.0g 塩分相当量1.4g	小麦・卵・乳成分・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月11日	日	配達なし				
8月12日	月	配達なし				
8月13日	火	配達なし				
8月14日	水	配達なし				
8月15日	木	配達なし				

8月16日	金		牛焼肉弁当 白飯(ふりかけ) 牛焼肉 コロッケ、野菜(ブロッコリー、トマト) コールスローサラダ	白飯(国産)、牛焼肉(牛肉、玉葱、たれ、人参、植物油)、野菜コロッケ((冷)野菜コロッケ、植物油)、コールスローサラダ(キャベツ、玉葱、コーン、マヨネーズ、人参、ドレッシング、砂糖、食塩)、ブロッコリー、ミニトマト、ふりかけ	エネルギー509kcal たんぱく質10.8g 脂質21.4g 炭水化物66.5g 塩分相当量1.6g	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月17日	土		鶏のカレーソース弁当 白飯(ふりかけ) 鶏唐揚げのカレーソース 人参とツナのサラダ 玉子焼	白飯(国産)、鶏唐揚げ((冷)鶏唐揚げ、植物油)、人参ツナサラダ(人参、ツナ、マヨネーズ、ドレッシング)、玉子焼、カレーソース、ブロッコリー、ふりかけ	エネルギー606kcal たんぱく質15.6g 脂質28.8g 炭水化物69.0g 塩分相当量1.5g	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・ゼラチン・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんご※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月18日	日	配達なし				
8月19日	月		ハンバーグとエビフライ弁当 白飯(ふりかけ) デミソースハンバーグとエビフライ ポテトとウインナーのリチーズ和え ナポリタンスパゲッティ 玉子焼	白飯(国産)、ポテトとウインナーのリチーズ和え((冷)フライドポテト、植物油、塩、ウインナー、粉チーズ、青さ粉)、(冷)ハンバーグ、海老フライ((冷)エビフライ、植物油)、ナポリタンスパゲッティ(スパゲッティ、ケチャップ、植物油、砂糖、ブイオン)、玉子焼、ブロッコリー、デミグラスソース、ふりかけ	エネルギー557kcal たんぱく質14.6g 脂質22.1g 炭水化物71.8g 塩分相当量2.1g	小麦・卵・乳成分・えび・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉
8月20日	火		肉団子ケチャップソースの中華弁当 白飯(ふりかけ) 肉団子と野菜のケチャップソース カレー春巻き 焼売	白飯(国産)、肉団子と野菜のケチャップソース和え((冷)肉団子、玉ねぎ、人参、赤ピーマン、黄ピーマン、緑ピーマン、ケチャップソース、植物油)、カレー春巻き((冷)春巻き、植物油)、(冷)焼売、ブロッコリー、ふりかけ	エネルギー510kcal たんぱく質12.9g 脂質16.3g 炭水化物76.3g 塩分相当量1.8g	小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉を含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月21日	水		星のコロッケとハムカツ弁当 白飯(ふりかけ) 星のコロッケとハムカツ ほうれん草と蒸し鶏の和え物 ポテトサラダ	白飯(国産)、ハムカツ((冷)ハムカツ、植物油)、ほうれん草と蒸し鶏の和え物(ほうれん草、蒸し鶏、人参、つゆ)、星のコロッケ((冷)星型コロッケ、植物油)、ポテトサラダ(じゃがいも、ドレッシング、人参、玉葱、砂糖、マスタード、塩)、ふりかけ	エネルギー520kcal たんぱく質11.5g 脂質16.6g 炭水化物79.0g 塩分相当量1.7g	小麦・卵・乳成分・ごま・さけ・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月22日	木		白身魚のカレーあんかけ弁当 白飯(ふりかけ) 白身魚フライのカレーあんかけ マカロニサラダ 玉子焼	白飯(国産)、白身魚フライ((冷)白身魚フライ、植物油)、カレーあんかけ(玉ねぎ、ピーマン、つゆ、カレー粉、でん粉)、マカロニサラダ(マカロニ、マヨネーズ、玉葱、人参、キャベツ、胡瓜、コーン、ハム)、玉子焼、ふりかけ	エネルギー484kcal たんぱく質13.0g 脂質14.8g 炭水化物72.1g 塩分相当量1.9g	小麦・卵・乳成分・ごま・さば・ゼラチン・大豆・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月23日	金		牛焼肉弁当 白飯(ふりかけ) 牛焼肉 ウインナー、玉子焼、ブロッコリー コールスローサラダ	白飯(国産)、牛焼肉(牛肉、玉葱、たれ、人参、植物油)、ウインナー((冷)ウインナー、植物油)、玉子焼、ブロッコリー、コールスローサラダ(キャベツ、玉葱、コーン、マヨネーズ、人参、ドレッシング、砂糖、食塩)、ふりかけ	エネルギー506kcal たんぱく質13.5g 脂質21.6g 炭水化物62.3g 塩分相当量1.9g	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
8月24日	土		鶏のから揚げ弁当 白飯(ふりかけ) 鶏唐揚げ ブロッコリーのサラダ ナポリタンスパゲッティ ポテトサラダ	白飯(国産)、鶏唐揚げ((冷)鶏唐揚げ、植物油)、ナポリタンスパゲッティ(スパゲッティ、ケチャップ、植物油、砂糖、ブイオン)、ブロッコリーのサラダ(ブロッコリー、人参、ツナ、マヨネーズ、ドレッシング)、ポテトサラダ(じゃがいも、ドレッシング、人参、玉葱、砂糖、マスタード、塩)、ふりかけ	エネルギー586kcal たんぱく質13.3g 脂質27.0g 炭水化物71.0g 塩分相当量1.4g	小麦・卵・乳成分・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月25日	日	配達なし				
8月26日	月		ハンバーグとエビフライ弁当 白飯(ふりかけ) トマトソースハンバーグとエビフライ ポテトとウインナーのリチーズ和え ナポリタンスパゲッティ 南瓜サラダ	白飯(国産)、ポテトとウインナーのリチーズ和え((冷)フライドポテト、植物油、塩、ウインナー、粉チーズ、青さ粉)、(冷)ハンバーグ、海老フライ((冷)エビフライ、植物油)、ナポリタンスパゲッティ(スパゲッティ、ケチャップ、植物油、砂糖、ブイオン)、南瓜サラダ(南瓜、ドレッシング、砂糖、食塩)、ブロッコリー、トマトソース、ふりかけ	エネルギー549kcal たんぱく質12.6g 脂質21.3g 炭水化物74.2g 塩分相当量2.0g	小麦・卵・乳成分・えび・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉
8月27日	火		てりやき肉団子の中華弁当 白飯(ふりかけ) 肉団子と野菜のてりやきソース カレー春巻き 焼売	白飯(国産)、肉団子と野菜のてりやきソース和え((冷)肉団子、玉ねぎ、人参、赤ピーマン、黄ピーマン、緑ピーマン、てりやきソース、植物油)、カレー春巻き((冷)春巻き、植物油)、(冷)しゅうまい、ブロッコリー、ふりかけ	エネルギー499kcal たんぱく質12.6g 脂質14.5g 炭水化物77.7g 塩分相当量2.4g	小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています
8月28日	水		メンチカツと南瓜コロッケ弁当 白飯(ふりかけ) メンチカツと南瓜コロッケ ブロッコリーのベーコン炒め 玉子焼	白飯(国産)、メンチカツ((冷)メンチカツ、植物油)、ブロッコリーのベーコン炒め(ブロッコリー、ベーコン、発酵調味料、植物油、塩)、南瓜コロッケ((冷)南瓜コロッケ、植物油)、玉子焼、ふりかけ	エネルギー515kcal たんぱく質11.8g 脂質16.8g 炭水化物77.2g 塩分相当量1.8g	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・ゼラチン・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む※本品はえびを加工した揚げ油と同じラインで製造しています