

# 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)
3月26日	水		<b>ハンバーグとエビフライ弁当</b> 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りチーズ和え 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りチーズ和え((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、ブイヨン)、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
3月27日	木		<b>てりやき肉団子の中華弁当</b> 白飯(ふりかけ) 肉団子と野菜のてりやきソース 中華春巻き 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)、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500kcal たんぱく質13.0g 脂質15.1g 炭水化物76.5g 塩分相当量2.5g	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
3月28日	金		<b>牛焼肉弁当</b> 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519kcal たんぱく質13.7g 脂質22.3g 炭水化物63.5g 塩分相当量2.0g	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
3月29日	土		<b>星のコロッケとハムカツ弁当</b> 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
3月30日	日	配達なし				
3月31日	月		<b>鶏のから揚げ弁当</b> 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、ブイヨン)、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568kcal たんぱく質14.4g 脂質25.8g 炭水化物66.4g 塩分相当量1.5g	一部に小麦・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