



小倉カトリック 幼稚園 様

2023年 5月分 きゅうしょくこんだてひょう



日	こんだて	ざいりょう			エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
		ねつやちからとなる	ちやにく、ほねをつくる	からだのちようしをととのえる			
8月	<b>にこにご弁当</b> さかなのごま照焼き コールスローサラダ スパソテー フルーツ(みかん缶) さつまいも天 しろおにぎり	ごはん 砂糖 スパゲティ類 さつまいも ドレッシング 菜種油 ごま 天ぷら粉	ハム さば	キャベツ 赤ピーマン コーン たまねぎ みかん	338	10.8	11.1
9火	<b>なかよしランチ</b> からあげ マカロニナポリタン のりごはん ハンバーグ 野菜サラダ スナップエンドウ ケーキ	ごはん ドレッシング 菜種油 片栗粉 バター ケーキ 小麦粉 砂糖 ソース マカロニ	鶏肉 卵 牛乳 ハンバーグ	キャベツ たまねぎ ケチャップ きゅうり にんじん コーン スナップエンドウ 生姜 海苔	390	13.2	16.1
11木	<b>にこにご弁当</b> マーボー豆腐 マシュマロ ささみフライ しろおにぎり きゅうりとわかめの和え物	ごはん マシュマロ 砂糖 菜種油 たれ	豚肉 豆腐 ささみフライ	きゅうり にんじん グリーンピース わかめ コーン ねぎ たまねぎ	354	11.3	10.6
15月	<b>ネコさん弁当</b> 肉じゃが チーズ ひじきのサラダ わかめごはん しゅうまい	ごはん マヨネーズタイプ 砂糖 じゃがいも 菜種油	豚肉 ナチュラルチーズ しゅうまい	えだまめ こんにゃく コーン ひじき たまねぎ ワカメ にんじん	322	9.9	11.0
16火	<b>にこにご弁当</b> 魚のゆかり揚げ ポテトサラダ 焼きビーフン フルーツ(みかん缶) ウインナー おにぎり・ふりかけ	ごはん 菜種油 砂糖 天ぷら粉 じゃがいも マヨネーズタイプ ビーフン	ウインナー ベーコン ホキ	グリーンピース にんじん コーン 赤しそ 生姜 みかん たまねぎ ふりかけ	335	9.6	11.8
18木	<b>ネコさん弁当</b> コロケ ゼリー えびしゅうまい かしわめし ブロッコリーのかにかま和え	ごはん ゼリー 砂糖 菜種油 コロケ	鶏肉 かにかま えびしゅうまい	コーン しいたけ ごぼう にんじん ブロッコリー	349	9.9	10.7
19金	<b>カレーライス</b> カレー ご飯 ゼリー	ごはん ゼリー 砂糖 ルウ じゃが芋 菜種油	牛肉 豚肉	玉ねぎ 人参	486	8.7	7.3
22月	<b>なかよしランチ</b> さかなの塩焼き 和風サラダ マカロニソテー フルーツ(みかん缶) さつまいも しろおにぎり	ごはん マカロニ ドレッシング 菜種油 砂糖 さつまいも	さば	キャベツ みかん きゅうり 赤ピーマン たまねぎ にんじん	316	8.9	10.1
23火	<b>ネコさん弁当</b> メンチカツ フルーツ(オレンジ) さつまちゃん 焼きそば ブロッコリー グリンピースおにぎり	ごはん 菜種油 スパゲティ類 ソース 砂糖	豚肉 さつまあげ メンチカツ	キャベツ ブロッコリー グリーンピース オレンジ たまねぎ にんじん	344	12.6	13.3
25木	<b>なかよしランチ</b> てりやきチキン ひじき煮 れんこんきんぴら フルーツ(みかん缶) ちくわの磯辺揚げ おにぎり・ふりかけ	ごはん 砂糖 菜種油 天ぷら粉	ちくわ 油揚げ 大豆 照焼きチキン	いんげん ひじき たまねぎ あおさ にんじん みかん れんこん ふりかけ	331	12.7	7.8
29月	<b>にこにご弁当</b> とんかつ 海藻サラダ 焼きビーフン フルーツ(パイン缶) スナップエンドウ おにぎり・ふりかけ	ごはん ビーフン ソース 菜種油 ドレッシング 砂糖	ベーコン とんかつ	きゅうり パインアップル コーン 海藻 たまねぎ ふりかけ スナップエンドウ	372	8.6	10.5
30火	<b>なかよしランチ</b> さかなの味噌煮 フルーツ(みかん缶) ハムカツ おにぎり・ふりかけ キャベツのごまドレサラダ	ごはん たれ ドレッシング 砂糖 菜種油	さば 味噌 ハムカツ	キャベツ みかん コーン ふりかけ 生姜 にんじん	304	9.8	7.5



ホームページ <http://www.noboru-bento.com/>  
ブログ <http://blog.livedoor.jp/noborubento/>



株式会社 のぼる

北九州市八幡西区金剛1丁目-15-10  
TEL 093-618-3575 FAX 093-618-3590

担当: 開発課

- \* 材料の仕入れの都合により、一部献立が変更になる事がございますがご了承下さい
- \* 原材料および調味料の一部にアレルギー食品(卵・乳成分など)を含みます
- \* 食品に含まれるエキス等は表示されていません \* ブログ掲載のお弁当箱から変わる事があります