



小倉カトリック 幼稚園 様

2023年 12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	からだのちょうしをととのえる			
1 金	カレーライス 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
4 月	なかよしランチ 魚の照焼き 切干大根煮 野菜ソテー フルーツ(パイン缶) 豆腐フライ しろおにぎり	ごはん 砂糖 菜種油	ベーコン 油揚げ ます 豆腐フライ	いんげん 切干大根 キャベツ パイン にんじん 椎茸	366	12.2	8.9
5 火	ネコさん弁当 肉じゃが チーズ 春雨サラダ 青菜ごはん ウインナー	ごはん 春雨 ドレッシング 菜種油 砂糖 じゃがいも	豚肉 ウインナー ハム ナチュラルチーズ	きゅうり こんにゃく コーン 青菜 たまねぎ にんじん	321	9.6	10.8
12 火	なかよしランチ 魚の塩焼き ひじきのサラダ じゃがいもソテー フルーツ(黄桃缶) ひとくちえびフライ しろおにぎり	ごはん マヨネーズタイプ 砂糖 じゃがいも 菜種油	ベーコン さば かにかま えびフライ	えだまめ たまねぎ ひじき 黄桃	340	12.0	13.8
14 木	にこにこ弁当 魚の磯辺揚げ さつまいもサラダ れんこんソテー フルーツ(パイン缶) ミートボール おにぎり・ふりかけ	ごはん 菜種油 砂糖 天ぷら粉 さつまいも マヨネーズタイプ じゃがいも	ホキ ミートボール	えだまめ にんじん ふりかけ コーン れんこん 生姜 あおさ たまねぎ パイン	383	10.4	10.4
15 金	カレーライス 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
18 月	ネコさん弁当 トマトクリームペンネ ゼリー ブロッコリーのあえもの 照焼きチキン丼 しゅうまい	ごはん ゼリー 砂糖 ペンネ 菜種油	ベーコン 牛乳 しゅうまい 照焼きチキン	コーン にんにく にんじん ブロッコリー トマトソース	312	11.4	7.4
19 火	にこにこ弁当 マーボー豆腐 フルーツ(みかん缶) ナゲット おにぎり・ふりかけ キャベツとツナのサラダ	ごはん たれ ドレッシング 砂糖 菜種油	豚肉 ナゲット ツナ 豆腐 味噌	キャベツ たまねぎ ふりかけ グリーンピース にんじん にんにく コーン ねぎ 生姜 みかん	321	10.8	10.0



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: 開発管理課

- * 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