



小倉カトリック 幼稚園 様

2024年 3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	たんぱく質	脂質
		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	kcal	g	g
1 金	なかよしランチ 魚の塩焼き かぼちゃサラダ きんぴらごぼう フルーツ(黄桃缶) 春巻き しろおにぎり	ごはん 菜種油 ごま 春巻き 砂糖 マヨネーズタイプ じゃがいも	さば	かぼちゃ にんじん グリーンピース こんにやく コーン 黄桃 ごぼう	361	10.7	11.8
4 月	ネコさん弁当 コロッケ フルーツ(オレンジ) ブロッコリーのあえもの そぼろ丼 えびしゅうまい	ごはん 砂糖 菜種油 コロッケ	えびしゅうまい 肉そぼろ	コーン にんじん ブロッコリー オレンジ	327	9.0	7.8
5 火	にこにこ弁当 魚のから揚げ 野菜サラダ チャプチェ フルーツ(パイン缶) ウインナー しろおにぎり	ごはん 砂糖 から揚げ粉 片栗粉 春雨 ソース 菜種油 ドレッシング ごま油	牛肉 豚肉 ウインナー 赤魚	きゅうり もやし 生姜 パイン たまねぎ 赤ピーマン にんじん	390	11.8	10.7
7 木	ネコさん弁当 魚の磯辺揚げ ゼリー ウインナー たけのこごはん ごま和え	ごはん ゼリー ごま 天ぷら粉 砂糖 菜種油	鶏肉 ウインナー タラ	生姜 椎茸 たけのこ もやし にんじん あおさ粉 ほうれん草	306	10.6	10.2
8 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
11 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) ささみカツ しろおにぎり	ごはん 砂糖 菜種油	ベーコン 油揚げ ます ささみカツ	いんげん 切干大根 キャベツ パイン にんじん 椎茸	379	13.7	9.6
12 火	ネコさん弁当 オムレツ ゼリー さつまちゃん 焼きそば 揚げしゅうまい 三角おにぎり・ふりかけ	ごはん 菜種油 スパゲティ麺 ゼリー ソース ゴマ塩 砂糖	豚肉 さつまあげ しゅうまい オムレツ	キャベツ たまねぎ にんじん ケチャップ	308	10.0	10.6



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