



小倉カトリック 幼稚園 様

2025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			
12月	ネコさん弁当 肉じゃが チーズ 中華サラダ 鮭フレークごはん ウインナー	ドレッシング じゃがいも 菜種油 こめ	豚肉 ウインナー ナチュラルチーズ 鮭	きゅうり こんにやく たまねぎ 切干大根 にんじん 木耳	332	11.7	10.4
13火	にこにこ弁当 さかなの塩焼き 青菜のごまあえ れんこんきんぴら フルーツ(みかん缶) ささみカツ しろおにぎり	ごま 菜種油 こめ	さば 油揚げ ささみカツ	キャベツ みかん にんじん ほうれん草 れんこん	351	15.8	12.7
15木	ネコさん弁当 サーモンフライ ゼリー スナップエンドウ ナポリタンスパ オムレツ 三角おにぎり・ふりかけ	スパゲティ麺 こめ ソース ふりかけ 菜種油 ゼリー	ウインナー オムレツ お魚カツ	コーン たまねぎ ピーマン スナップエンドウ	354	12.6	13.4
16金	にこにこ弁当 照焼チキン ごぼうサラダ 野菜ソテー フルーツ(パイン缶) おからポテト おにぎり・ふりかけ	菜種油 ふりかけ マヨネーズタイプ ポテト こめ	ベーコン ツナ 照焼きチキン	キャベツ 赤ピーマン ごぼう にんじん パイン	374	11.3	15.6
19月	なかよしランチ さかなのから揚げ ひじき煮 玉子焼き フルーツ(黄桃缶) ブロッコリー しろおにぎり	片栗粉 菜種油 から揚げ粉 こめ	油揚げ 大豆 赤魚 玉子焼き	いんげん ひじき 生姜 黄桃 にんじん ブロッコリー	322	15.5	9.3
20火	ネコさん弁当 トマトソースハンバーグ わかめごはん たまごサラダ ごまいりこ	ソース マヨネーズタイプ ごま こめ マカロニ 菜種油	ハム たまごサラダ ベーコン いりこ ハンバーグ	えだまめ ケチャップ 黄ピーマン たまねぎ トマト にんじん 赤ピーマン ワカメ ズッキーニ	314	11.4	9.7
22木	なかよしランチ マーボー豆腐 フルーツ(パイン缶) ハムカツ しろおにぎり かぼちゃサラダ	じゃがいも こめ 菜種油 たれ マヨネーズタイプ	豚肉 ハムカツ ハム 豆腐 味噌	かぼちゃ にんじん グリーンピース パイン 生姜 にんにく たまねぎ	342	9.1	10.8
26月	にこにこ弁当 とんかつ ブロッコリーのサラダ マカロニソテー フルーツ(パイン缶) ウインナー おにぎり・ふりかけ	ソース こめ ドレッシング ふりかけ マカロニ 菜種油	ウインナー ハム とんかつ	コーン ケチャップ たまねぎ パイン ピーマン ブロッコリー	369	10.4	11.6
27火	なかよしランチ さかなの天ぷら フルーツ(黄桃缶) チャブチェ しろおにぎり 高野豆腐のたまごとし	ソース 天ぷら粉 春雨 こめ 菜種油 ごま油	豚肉 玉子 ホキ 高野豆腐	グリーンピース ほうれん草 生姜 黄桃 たまねぎ にんじん	327	12.9	8.5
29木	にこにこ弁当 いわしハンバーグ 和風サラダ きんぴらごぼう フルーツ(みかん缶) ナゲット おにぎり・ふりかけ	ドレッシング ふりかけ ごま 菜種油 こめ	ツナ いわしハンバーグ ナゲット	キャベツ こんにやく コーン みかん ごぼう にんじん	345	11.6	10.7
30金	カレーライス カレーライス ゼリー	じゃがいも こめ 菜種油 ゼリー ルウ	牛肉 豚肉	たまねぎ にんじん	475	8.8	7.7



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