



小倉カトリック 幼稚園 様

2025年 6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			
2月	ネコさん弁当 さかなの味噌煮 チーズ マカロニサラダ 青菜ごはん 揚げしゅうまい	マカロニ こめ 菜種油 たれ マヨネーズタイプ	ハム しゅうまい ナチュラルチーズ さば 味噌	えだまめ コーン 生姜 青菜	374	13.0	11.9
3火	にこにこ弁当 チキンカツ 和風サラダ 春雨炒め フルーツ(みかん缶) 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 春雨 菜種油	ウインナー ハム ベーコン チキンカツ	きゅうり 赤ピーマン コーン たまねぎ みかん	359	13.7	14.0
5木	ネコさん弁当 鶏肉と大根の煮物 ごまいりこ 玉子焼き そぼろ丼 さつまいも	ごま さつまいも 菜種油 こめ	鶏肉 いりこ 玉子焼き 肉そぼろ	いんげん 大根 にんじん	327	13.1	10.5
6金	にこにこ弁当 さかなの磯辺揚げ 野菜サラダ れんこんきんぴら フルーツ(みかん缶) ミートボール しろおにぎり	ドレッシング 菜種油 天ぷら粉 こめ	ハム ホキ ミートボール	キャベツ れんこん コーン あおさ粉 生姜 みかん にんじん 赤ピーマン	325	10.6	8.3
9月	なかよしランチ 照焼ハンバーグ きゅうりとツナのサラダ 海苔ごはん ブロッコリー 和風スパゲティ オムレツ ミニドーナツ	スパゲティ麺 こめ ドレッシング ドーナツ 菜種油 たれ	ベーコン オムレツ ツナ かまぼこ ハンバーグ	キャベツ ブロッコリー きゅうり 椎茸 コーン 海苔 たまねぎ にんにく	372	14.6	10.1
10火	ネコさん弁当 コロッケ ゼリー 中華サラダ 照焼チキン丼 しゅうまい	ドレッシング こめ 菜種油 コロッケ ゼリー	しゅうまい 照焼きチキン	きゅうり にんじん 木耳 切干大根	355	11.6	7.9
12木	なかよしランチ さかなの塩焼き 高野豆腐の煮物 オイスター炒め フルーツ(黄桃缶) ミニからあげ しろおにぎり	ソース 菜種油 こめ	ベーコン さば 高野豆腐 から揚げ	いんげん 椎茸 キャベツ 黄桃 たまねぎ にんじん	346	15.7	13.6
13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
16月	にこにこ弁当 いわしハンバーグ キャベツのごまあえ マカロニソテー フルーツ(みかん缶) ひとくちえびフライ おにぎり・ふりかけ	ごま ふりかけ マカロニ 菜種油 こめ	ツナ いわしハンバーグ えびフライ	キャベツ みかん コーン にんじん ピーマン	309	9.9	6.6
17火	なかよしランチ 鶏と里芋の炒め物 フルーツ(黄桃缶) ハムカツ おにぎり・ふりかけ ひじき煮	里芋 ふりかけ 菜種油 たれ こめ	鶏肉 油揚げ 大豆 ハムカツ	いんげん にんじん ひじき 黄桃	360	10.9	12.5
19木	にこにこ弁当 肉じゃが フルーツ(パイン缶) ちくわの磯辺揚げ しろおにぎり ごまドレサラダ	ドレッシング こめ じゃがいも 菜種油 天ぷら粉	豚肉 ちくわ	キャベツ こんにゃく コーン あおさ粉 たまねぎ パイン にんじん 赤ピーマン	310	8.6	5.7
20金	なかよしランチ オムレツ ポテトサラダ チャプチェ フルーツ(みかん缶) 海苔巻きチキン おにぎり・ふりかけ	ソース ごま油 じゃが芋 マヨネーズタイプ 春雨 こめ 菜種油 ふりかけ	豚肉 ハム オムレツ ささみフライ	コーン ほうれん草 しょうが ケチャップ 玉ねぎ みかん にんじん	361	11.4	13.1
23月	ネコさん弁当 トマトソースハンバーグ フルーツ(オレンジ) 根菜サラダ 鮭フレークごはん ウインナー	ソース ドレッシング 菜種油 こめ	ウインナー ベーコン ハンバーグ 鮭フレーク	きゅうり ケチャップ ズッキーニ たまねぎ トマト 黄ピーマン にんじん オレンジ れんこん 赤ピーマン	314	10.6	10.4
24火	にこにこ弁当 魚の照り焼き 野菜サラダ 焼きビーフン フルーツ(みかん缶) ささみフライ おにぎり・ふりかけ	ドレッシング ふりかけ ビーフン 菜種油 こめ	ハム ます ささみフライ	キャベツ にんじん コーン みかん しょうが 赤ピーマン たまねぎ	344	17.4	9.2
26木	ネコさん弁当 魚のケチャップ煮 チーズ 玉子焼き わかめごはん ひとくちカツ	ソース 菜種油 こめ	ナチュラルチーズ さば 玉子焼き ささみカツ	しょうが わかめ ケチャップ	353	16.7	13.2
27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
30月	なかよしランチ さかなの天ぷら フルーツ(黄桃缶) 春雨炒め しろおにぎり 高野豆腐のたまごとじ	春雨 菜種油 天ぷら粉 こめ	ベーコン 玉子 ほき 高野豆腐	グリーンピース 黄桃 しょうが 玉ねぎ にんじん	327	12.9	8.5



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