



小倉カトリック 幼稚園 様

2025年 9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 火	にこにこ弁当 照焼チキン 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	ドレッシング ふりかけ 春雨 菜種油 こめ	ウインナー かにかま 照焼きチキン	きゅうり みかん コーン 赤ピーマン たまねぎ にんじん	336	12.2	12.1
4 木	ネコさん弁当 鶏肉と大根の煮物 フルーツ(オレンジ) 玉子焼き 鮭フレークごはん さつまいも	さつまいも 菜種油 こめ	鶏肉 玉子焼き 鮭フレーク	いんげん 大根 にんじん オレンジ	330	11.7	11.1
5 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
8 月	なかよしランチ オムレツ ポテトサラダ 焼きビーフン フルーツ(黄桃缶) ささみカツ おにぎり・ふりかけ	じゃがいも こめ ビーフン ふりかけ 菜種油 マヨネーズタイプ	ハム ささみカツ オムレツ	コーン 黄桃 たまねぎ にんじん ケチャップ	349	13.0	11.7
9 火	ネコさん弁当 からあげ プチシュー ブロッコリー 栗おにぎり きゅうりとツナのサラダ 和風スパゲティ	スパゲティ麺 ゴマ塩 ドレッシング シュークリーム くり こめ 菜種油	ベーコン ツナ かまぼこ から揚げ	キャベツ にんじん きゅうり ブロッコリー コーン しいたけ たまねぎ にんにく	389	13.6	19.7
11 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) ミニから揚げ 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 しいたけ キャベツ 黄桃 たまねぎ にんじん	346	15.7	13.6
12 金	ネコさん弁当 マーボー豆腐 チーズ ナゲット わかめごはん ウインナー	菜種油 たれ こめ	豚肉 味噌 ウインナー ナゲット ナチュラルチーズ 豆腐	グリーンピース わかめ 生姜 にんにく たまねぎ にんじん	347	12.1	14.5
16 火	にこにこ弁当 さかなの天ぷら キャベツのごまあえ マカロニソテー フルーツ(パイン缶) 玉子焼き おにぎり・ふりかけ	ソース 天ぷら粉 ごま こめ マカロニ ふりかけ 菜種油	ツナ ホキ 玉子焼き	キャベツ にんじん コーン ケチャップ 生姜 パイン たまねぎ	333	13.2	9.2
18 木	ネコさん弁当 コロッケ 焼きそば 枝豆 ゼリー えびしゅうまい 三角おにぎり・ふりかけ	スパゲティ麺 ゼリー ソース ゴマ塩 菜種油 こめ コロッケ	豚肉 えびしゅうまい	枝豆 キャベツ たまねぎ にんじん	317	10.7	7.6
19 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
22 月	なかよしランチ トマトソースハンバーグ フルーツ(黄桃缶) スパゲティ おにぎり・ふりかけ ブロッコリーのツナサラダ	スパゲティ麺 こめ ソース ふりかけ ドレッシング 菜種油	ウインナー ベーコン ツナ ハンバーグ	コーン ブロッコリー 赤ピーマン たまねぎ ケチャップ ズッキーニ にんじん 黄桃 黄ピーマン ピーマン トマト	345	11.0	11.0
25 木	にこにこ弁当 とんかつ 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 かにかま とんかつ	きゅうり みかん コーン 赤ピーマン たまねぎ にんじん	334	9.1	10.6
30 火	にこにこ弁当 さかなの磯辺揚げ 野菜サラダ 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	ドレッシング こめ ビーフン ふりかけ 菜種油 天ぷら粉	ウインナー ハム ホキ	キャベツ にんじん コーン あおさ 生姜 みかん たまねぎ 赤ピーマン	311	11.0	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