



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	ちやく、ほねをつくる	からだのちようしをととのえる			
4月	ネコさん弁当 コロケ 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	ハムスター弁当 えびカツ 手まりおにぎり 春野菜ソテー おにぎり・ふりかけ 玉子巻きウインナー 桜ケーキ	ごはん ケーキ 砂糖 菜種油 タルタルソース	鮭 えびカツ 厚巻卵ウインナー	アスパラ ふりかけ キャベツ たまねぎ のり	351	10.2	9.0
6水	ナポリタン+パン ナポリタンスパゲティ パン	パン スパゲティ麺 菜種油		コーン 玉ねぎ ピーマン ケチャップ	415	12.9	10.3
7木	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
8金	にこにこ弁当 えびフライ ブロッコリー ちらし寿司 ナポリタン ごぼうサラダ ミートボール プチシュー	スパゲティ麺 酢飯 ソース シュークリーム 砂糖 マヨネーズタイプ 菜種油	ウインナー えびフライ 玉子 ツナ ミートボール	いんげん にんじん コーン ピーマン ごぼう ブロッコリー たまねぎ	365	12.5	14.9
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
13水	にこにこ弁当 サーモンフライ 野菜サラダ レンコンきんぴら フルーツ(みかん缶) ケチャップボール おにぎり・ふりかけ	ごはん 菜種油 ソース ドレッシング 砂糖	ミートボール お魚カツ	キャベツ にんじん きゅうり れんこん コーン みかん たまねぎ ふりかけ	337	7.5	10.1
14木	なかよしランチ から揚げ ポテトサラダ ブロッコリーのソテー フルーツ(黄桃缶) ウインナー おにぎり・ふりかけ	ごはん マヨネーズタイプ 砂糖 じゃがいも 菜種油	ウインナー から揚げ	えだまめ ブロッコリー コーン 黄桃 たまねぎ ふりかけ にんじん	365	10.7	15.3
15金	ネコさん弁当 魚のケチャップ煮 チーズ かむかむサラダ わかめごはん さつまいも	ごはん さつまいも ソース 菜種油 ドレッシング 砂糖	ナチュラルチーズ さば ツナ	えだまめ 切干大根 生姜 赤ピーマン ワカメ ケチャップ	358	13.8	12.4
18月	にこにこ弁当 肉じゃが フルーツ(みかん缶) ハムカツ おにぎり・ふりかけ キャベツとツナのサラダ	ごはん 菜種油 ドレッシング 砂糖 じゃがいも	豚肉 ツナ ハムカツ	キャベツ こんにやく コーン みかん たまねぎ ふりかけ にんじん	355	9.1	9.9
19火	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
21木	ネコさん弁当 メンチカツ ゼリー つまみ揚げ ナポリタン ブロッコリー 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 砂糖	ウインナー さつまあげ メンチカツ	コーン ふりかけ たまねぎ ピーマン ブロッコリー	394	10.9	15.6
25月	なかよしランチ チキンピカタ風 ナムル 焼きビーフン フルーツ(黄桃缶) えびしゅうまい おにぎり・ふりかけ	ごはん 砂糖 ビーフン 菜種油	ベーコン えびしゅうまい チキンピカタ風	たまねぎ 黄桃 にんじん ふりかけ ほうれん草 えのき	376	12.9	16.1



* 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