



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	<b>ネコさん弁当</b> 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	<b>ハムスター弁当</b> 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	<b>ナポリタン+パン</b> 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	<b>カレーライス</b> 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	<b>にこにこ弁当</b> 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	<b>なかよしランチ</b> 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	<b>ネコさん弁当</b> 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	<b>にこにこ弁当</b> 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	<b>なかよしランチ</b> 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	<b>ネコさん弁当</b> 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	<b>にこにこ弁当</b> 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	<b>カレーライス</b> 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	<b>ネコさん弁当</b> 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	<b>なかよしランチ</b> 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