



ふじなみ 幼稚園 様

2020年 3月分 きゅうしょくこんだてひょう



* 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。

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			
3 火	ハムスター弁当 かにクリームコロッケ ポテト ロールケーキ 青菜のソテー おにぎり ブロッコリー ミートソーススパ	ごはん 砂糖 スパゲティ麺 じゃが芋 小麦 パン粉 ごま	牛 サバ いわし 鶏 エビ かに 卵 黄粉 ゼラチン 牛乳 大豆	カボチャ 玉ねぎ ほうれん草 もも かぼちゃ コーン 菜の花 昆布 トマト 小松菜 人参 青のり セロリ 大根 ブロッコリー 葱 しそ	415	10.3	17.4
4 水	ネコさん弁当 お魚の南蛮漬け フルーツ 春雨炒め ごはん・木耳昆布 しゅうまい	ごはん 砂糖 馬鈴薯澱粉 片栗粉 さつま芋 小麦 春雨 ごま ごま油	鶏 サバ 大豆	しょうが 木耳 しそ たまねぎ 昆布 人参 葱 ピーマン セロリ	347	11.7	8.3
5 木	にこにこ弁当 ハンバーグ ブロッコリーのおかかサラダ 和風スパソテー フルーツ えび揚げ餃子 おにぎり・ふりかけ	ごはん ごま パン粉 スパゲティ麺 砂糖 小麦 じゃが芋 マヨネーズ 大麦	鶏 大豆 豚 明太子 卵 エビ	たけのこ えのき トマト たまねぎ 海苔 セロリ 人参 ケチャップ ブロッコリー 葱	441	11.3	12.4
6 金	パン給食 照り焼きチキン フルーツ カットコーン 焼きそばパン もやしとハムのサラダ ロールパン	パン 砂糖 小麦 菜種油 バター マーガリン	鶏 エビ 豚 大豆 ハム 魚肉 卵	キャベツ 人参 ブルーリンゴ 赤ピーマン コーン 椎茸 昆布 桃 生姜 マッシュルーム 青のり トマト たまねぎ サリナス 葱 セロリ	387	18.6	11.8
9 月	パン給食 エビフライ フルーツ スパソテー ホイップサンド ブロッコリーのサラダ ロールパン	パン バター スパゲティ麺 砂糖 小麦 菜種油 ドレッシング パン粉	卵 エビ 大豆	コーン ブロッコリー マローファットピース 玉ねぎ 葱 人参 セロリ パセリ 赤ピーマン	368	11.1	14.6
10 火	カレーライス カレー ご飯	ごはん じゃが芋 小麦 菜種油 砂糖 はちみつ	牛 大豆 鶏 豚肉 チーズ	玉ねぎ パナナ 人参 ブドウ りんご トマト	546	10.8	11.6
11 水	なかよしランチ 甘辛チキン マカロニサラダ ほうれん草とコーンのソテー フルーツ さつま芋スティック おにぎり・ふりかけ	ごはん 砂糖 大麦 小麦 蜂蜜 ごま油 マヨネーズ さつま芋 ごま マカロニ	鶏 いりこ 豚 卵 大豆	きゅうり ほうれん草 トマト コーン 海苔 セロリ たまねぎ 葱 人参 りんご	397	13.3	11.7
12 木	ネコさん弁当 豆腐のあん包み 枝豆 お魚ソーセージの天ぷら ゼリー サラダうどん ふりかけごはん	ごはん ごま うどん 砂糖 小麦 大麦 ドレッシング	鶏 タラ いりこ 魚肉 豚 エビ 豆乳 卵 大豆 かに 太刀魚 豆腐 ソーセージ	枝豆 しいたけ りんご キャベツ 海苔 トマト たまねぎ 昆布 セロリ 人参 葱	398	10.2	13.9
13 金	パン給食 ボロネーゼパスタ ごぼうサラダ 豆腐ハンバーグ フルーツ ブロッコリー ロールパン	パン バター スパゲティ麺 ごま 小麦 砂糖 ドレッシング パン粉	牛 チーズ 鶏 大豆 豚 豆腐 卵 豆乳	枝豆 人参 椎茸 セロリ ごぼう パセリ ケチャップ バブリカ 生姜 ブロッコリー 葱 たまねぎ きくらげ トマト	362	12.7	16.6
16 月	パン給食 カルボナーラ 枝豆 コロッケ フルーツ 野菜ソテー ロールパン	パン マーガリン パン粉 スパゲティ麺 砂糖 小麦 じゃが芋 バター 菜種油	牛 大豆 豚 卵 チーズ	枝豆 人参 キャベツ 葱 コーン セロリ たまねぎ 赤ピーマン	376	10.0	18.0
17 火	ネコさん弁当 鶏のごま醤油焼き ミニトマト スパソテー チーズ 昆布の煮つけ チャーハン	ごはん ごま スパゲティ麺 砂糖 小麦 植物油	鶏 大豆 卵 かに チーズ 魚肉 油揚げ	コーン 昆布 たまねぎ 葱 人参 セロリ ミニトマト	360	15.7	12.9
18 水	カレーライス カレー ご飯	ごはん じゃが芋 小麦 菜種油 砂糖 はちみつ	牛 大豆 鶏 豚肉 チーズ	玉ねぎ パナナ 人参 ブドウ りんご トマト	546	10.8	11.6
23 月	パン給食 ピザ風ハンバーグ フルーツ 豆サラダ いちごジャムパン マカロニソテー ロールパン	パン マーガリン パン粉 小麦 砂糖 植物油 マカロニ バター 菜種油	鶏 大豆 豚肉 ハンバーグ 卵 チーズ	枝豆 たまねぎ わかめ いちご バブリカ きゅうり 人参 ブルーリンゴ 赤ピーマン コーン ピーマン ケチャップ トマト マローファットピース 生姜 椎茸 葱 セロリ	380	13.7	14.1



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: 有馬 加菜恵(栄養士)

※お知らせ コロナウイルスの影響により、献立の内容が一部変更になる可能性があります。