



ふじなみ 幼稚園 様

2024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	からだのちようしをととのえる				
3 火	ハムスター弁当 サーモンフライ しゅうまい ロールケーキ かぼちゃサラダ 栗赤飯 にんじんさつまちゃん のりおにぎり	ごはん くり ケーキ ごま チョコレート マヨネーズタイプ 砂糖 菜種油 じゃが芋 ごま塩	ナチュラルチーズ さつまあげ えびしゅうまい お魚カツ	かぼちゃ のり グリーンピース コーン にんじん	428	14.0	14.7	1
4 水	ネコさん弁当 魚のケチャップ煮 ゼリー かむかむサラダ そぼろ丼 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 ゼリー 砂糖	鶏肉 さば 肉そぼろ	えだまめ 赤ピーマン 生姜 ケチャップ 切干大根	338	12.7	8.8	2
5 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	たまねぎ にんじん	486	8.7	7.3	3
6 金	なかよしランチ 魚の天ぷら 高野豆腐の煮物 中華炒め フルーツ(黄桃缶) ウインナー おにぎり・ふりかけ	ごはん 天ぷら粉 ソース 砂糖 菜種油	ウインナー ベーコン タラ 高野豆腐	キャベツ 椎茸 生姜 黄桃 にんじん ふりかけ ピーマン	324	12.6	10.6	4
9 月	ネコさん弁当 えびフライ ベーコンときのこのスパ デミハンバーグ プチシュー ブロッコリーのサラダ 栗ごはんおにぎり	ごはん 菜種油 スパゲティ麺 シュークリーム 砂糖 マヨネーズタイプ 栗	ベーコン ツナ ハンバーグ えびフライ	たまねぎ 椎茸 にんじん 海苔 ブロッコリー にんにく ほうれん草	349	12.2	15.3	5
10 火	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	ウインナー	コーン たまねぎ ピーマン ケチャップ	415	12.9	10.3	6
11 水	なかよしランチ から揚げ フルーツ(パイン缶) いんげんのソテー おにぎり・ふりかけ 切干大根煮	ごはん 砂糖 菜種油	ベーコン 油揚げ から揚げ	いんげん 切干大根 たまねぎ パイン にんじん ふりかけ 椎茸	328	9.1	11.2	7
12 木	ネコさん弁当 オムレツ チーズ スナップエンドウ 焼きそば 春巻き 三角おにぎり・ふりかけ	ごはん 菜種油 スパゲティ麺 春巻き ソース ゴマ塩 砂糖	豚肉 ナチュラルチーズ オムレツ	キャベツ ケチャップ たまねぎ にんじん スナップエンドウ	306	11.4	11.0	8
13 金	にこにこ弁当 照焼きチキン ささみときゅうりのあえもの 野菜ソテー フルーツ(みかん缶) さつまいも おにぎり・ふりかけ	ごはん 砂糖 さつまいも 菜種油	鶏肉 ベーコン 照焼きチキン	キャベツ わかめ きゅうり みかん コーン ふりかけ たまねぎ	327	11.5	10.4	9
17 火	なかよしランチ マーボー豆腐 フルーツ(黄桃缶) ナゲット しろおにぎり かぼちゃサラダ	ごはん たれ 砂糖 マヨネーズタイプ じゃがいも 菜種油	豚肉 ナゲット ハム 豆腐 味噌	かぼちゃ にんじん グリーンピース 黄桃 生姜 にんにく たまねぎ	340	10.5	12.0	10
18 水	ネコさん弁当 魚の味噌煮 ゼリー ブロッコリーのソテー わかめごはん ウインナー	ごはん たれ 砂糖 菜種油 ゼリー	ウインナー さば 味噌	たまねぎ にんじん ブロッコリー ワカメ	308	11.4	8.7	11
19 木	にこにこ弁当 コロケ コールスローサラダ チャプチェ ごまいりこ 玉子焼き おにぎり・ふりかけ	ごはん 砂糖 コロケ ソース 春雨 ドレッシング 菜種油 ごま ごま油	牛肉 豚肉 いりこ 玉子焼き	キャベツ ピーマン コーン ふりかけ たまねぎ にんじん	348	10.6	10.6	12
20 金	なかよしランチ いわしハンバーグ 高野豆腐のたまごとじ きんぴらごぼう フルーツ(パイン缶) えびしゅうまい おにぎり・ふりかけ	ごはん 砂糖 菜種油	玉子 高野豆腐 えびしゅうまい いわしハンバーグ	グリーンピース パイン ごぼう ふりかけ にんじん こんにゃく	309	11.3	6.1	13
24 火	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	ウインナー	コーン たまねぎ ピーマン ケチャップ	415	12.9	10.3	14
25 水	にこにこ弁当 豆腐ハンバーグ フルーツ(みかん缶) ジャーマンポテト おにぎり・ふりかけ 和風サラダ	ごはん 菜種油 ドレッシング 砂糖 じゃがいも	ウインナー 豆腐ハンバーグ	アスパラガス ケチャップ キャベツ みかん きゅうり 赤ピーマン たまねぎ ふりかけ	330	8.2	12.3	15
26 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	たまねぎ にんじん	486	8.7	7.3	16
27 金	ネコさん弁当 筑前煮 チーズ たまごサラダ 鮭フレックごはん 揚げしゅうまい	ごはん 菜種油 砂糖 マヨネーズタイプ 里芋 マカロニ	鶏肉 しゅうまい ハム たまごサラダ ナチュラルチーズ 鮭	いんげん にんじん えだまめ ごぼう 大根	354	11.8	13.7	17
30 月	にこにこ弁当 魚の照焼き ごぼうサラダ 野菜ソテー フルーツ(パイン缶) かにかま天 しろおにぎり	ごはん マヨネーズタイプ 砂糖 菜種油 天ぷら粉	ツナ かにかま ます	えだまめ 生姜 キャベツ にんじん コーン パイン ごぼう	353	12.0	12.2	18



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