



ふじなみ 幼稚園 様

2020年 6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			
1月	ハムスター弁当 鶏の照焼き マシュマロ おにぎり ブロッコリーとたまごのサラダ チーズ アジサイゼリー ポテト ナポリタンスパゲティ	ごはん マヨネーズ スパゲティ麺 ごま 小麦 砂糖 ドレッシング じゃが芋	鶏 アジ いわし 豚ばら肉 サバ ゼラチン 卵 黄粉 チーズ 大豆	カボチャ 玉ねぎ ブロッコリー トマト みかん コーン 菜の花 ほうれん草 パイン かぼちゃ 小松菜 人参 昆布 しそ 大根 ピーマン 青のり 寒天	521	15.5	22.1
2火	なかよしランチ 鮭のごま焼き 春雨サラダ じゃが芋のソテー ゼリー 小判揚げ 白おにぎり	ごはん じゃが芋 小麦 春雨 ごま 砂糖	鶏 エビ 豚肉 大豆 卵 かに 鮭 魚肉	きゅうり りんご コーン たまねぎ 昆布	342	12.3	8.2
3水	パン給食 えびかつ フルーツ 野菜サラダ たまごサラダドック 枝豆 ロールパン	パン マーガリン 小麦 砂糖 ドレッシング 菜種油 バター パン粉	鶏 エビ 豚肉 大豆 卵 ゼラチン 牛乳	枝豆 たまねぎ 椎茸 セロリ きゅうり 人参 プルーン 寒天 コーン ピーマン 葱 赤ピーマン 生姜 ほうれんそう りんご	353	12.3	15.2
4木	カレーライス カレー ご飯 ゼリー	ごはん じゃが芋 小麦 菜種油 砂糖 はちみつ	牛 大豆 豚肉 チーズ	玉ねぎ パナナ 人参 りんご トマト	546	10.8	11.6
5金	なかよしランチ コロッケ もやしのサラダ ブロッコリーとベーコンソテー フルーツ つまみ揚げ おにぎり・ふりかけ	ごはん ごま パン粉 小麦 砂糖 植物油 じゃが芋 マーガリン 大麦	牛 大豆 豚ばら肉 いりこ ベーコン 卵	えだまめ 人参 葱 きゅうり ブロッコリー セロリ コーン 海苔 たまねぎ サリナス	349	7.1	13.1
9火	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	牛 牛乳 鶏 チーズ 豚肉 大豆 卵 ハンバーグ	枝豆 たまねぎ 椎茸 葱 セロリ きゅうり 人参 わかめ いちご パプリカ コーン パセリ プルーン りんご 赤ピーマン 生姜 ピーマン ケチャップ トマト マローファットピース	409	13.5	13.3
10水	なかよしランチ サバの塩焼き いんげんのごま和え 糸コンチャブチェ フルーツ ウインナードック おにぎり・ふりかけ	ごはん 砂糖 小麦 大麦 バター ごま	ウインナー 大豆 卵 いりこ 牛乳 魚肉 サバ	いんげん 海苔 ピーマン赤 玉ねぎ 糸こんにやく 人参 葱 ピーマン セロリ	444	12.8	17.0
11木	ネコさん弁当 肉じゃが いりこ クリームコロッケ ふりかけごはん ブロッコリー	ごはん じゃが芋 小麦 大麦 ごま パン粉 砂糖	鶏 エビ ゼラチン 豚肉 大豆 卵 いりこ 牛乳 かに	絹さや 海苔 玉ねぎ 糸こんにやく 人参 葱 ブロッコリー セロリ	356	12.3	11.2
12金	パン給食 やきそば ハムとコーンのマリネ 餃子 フルーツ しゅうまい ロールパン	パン ごま ごま油 小麦 砂糖 ドレッシング 菜種油 バター パン粉	牛 卵 豆腐 鶏 牛乳 かに 豚肉 エビ 魚肉 ハム 大豆 ゼラチン	キャベツ たまねぎ マッシュルーム 昆布 桃 赤ピーマン きゅうり 人参 わかめ 青のり トマト コーン えのき サリナス 葱 セロリ しょうが 椎茸 プルーン りんご ニラ	422	12.6	15.0
15月	なかよしランチ 鶏の唐揚げ バンバンジーサラダ 高菜ビーフン フルーツ 玉子焼き おにぎり・ふりかけ	ごはん 砂糖 小麦 ビーフン ドレッシング 大麦 ごま	鶏 卵 大豆 いりこ	きゅうり 人参 セロリ コーン ピーマン 高菜 しょうが 海苔 ピーマン赤 たまねぎ 葱	391	12.3	14.9
16火	ネコさん弁当 えび揚げ餃子 粉ふき芋 チャーハン 枝豆 ウインナー 海藻サラダ ゼリー	ごはん じゃが芋 小麦 ごま 砂糖	牛 卵 魚肉 鶏 エビ 豚肉 大豆 ウインナー かに	枝豆 たけのこ 椎茸 葱 海草 キャベツ 玉ねぎ のり りんご 茎わかめ コーン 人参 プルーン トマト 赤ピーマン 生姜 木耳 昆布 セロリ	403	10.2	14.1
17水	パン給食 魚のフライ さつま芋パン スナッPEndウ ロールパン ミルク寒天	パン マーガリン 小麦 砂糖 マヨネーズ さつま芋 バター 菜種油	豚ばら肉 大豆 卵 牛乳 ホキ	キャベツ 葱 寒天 コーン りんご スナッPEndウ たまねぎ トマト 人参 セロリ	372	13.4	11.6
18木	なかよしランチ 甘辛チキン 玉子サラダ 小松菜のソテー フルーツ 花さつま おにぎり・ふりかけ	ごはん ごま 大麦 小麦 砂糖 ごま油 ドレッシング 蜂蜜 マヨネーズ じゃが芋	鶏 魚肉 卵 ゼラチン 大豆 いりこ	枝豆 人参 トマト コーン 海苔 セロリ 小松菜 葱 寒天 たまねぎ りんご	366	14.9	11.4
19金	カレーライス カレー ご飯 ゼリー	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 りんご トマト	546	10.8	11.6
22月	パン給食 ミートスパ ポパイソテー 春巻き フルーツ ブロッコリー ロールパン	パン マーガリン ごま油 スパゲティ麺 ごま 小麦 砂糖 バター 菜種油	牛 牛乳 ゼラチン 鶏 チーズ 豚肉 エビ 卵 大豆	キャベツ ブロッコリー ケチャップ たまねぎ ほうれんそう 葱 人参 きくらげ トマト パセリ しいたけ セロリ	386	12.1	13.0
23火	なかよしランチ お魚のカツ ポテトサラダ 春雨炒め フルーツ 煮卵 白おにぎり	ごはん じゃが芋 小麦 春雨 マヨネーズ パン粉 砂糖	鶏 大豆 卵 かに チーズ かんぱち エビ 魚肉	グリーンピース ピーマン セロリ コーン 椎茸 ピーマン赤 たまねぎ 昆布 人参 葱	377	10.0	10.1
24水	パン給食 たまごカニあんかけ フルーツ ミートボール コーンマヨネーズパン 天ぷら ロールパン	パン バター さつま芋 小麦 マーガリン パン粉 植物油 ごま マヨネーズ 砂糖	牛 大豆 鶏 かに 卵 ゼラチン 牛乳	グリーンピース たまねぎ ねぎ コーン にんじん しょうが 椎茸	389	10.2	16.2
25木	にこにこ弁当 サラダバーグ ビーフンサラダ にんじんしりしり フルーツ ささみチーズカツ おにぎり・ふりかけ	ごはん 砂糖 米油 小麦 じゃが芋 パン粉 マヨネーズ ビーフン ごま 大麦	鶏 タラ いりこ 豚肉 大豆 ささみ 卵 豆腐 チーズ まぐろ	キャベツ 人参 葱 きゅうり ブロッコリー トマト コーン 海苔 セロリ たまねぎ 昆布	362	8.9	11.7
26金	なかよしランチ 鮭の塩焼き コールスローサラダ ワカメともやし炒め フルーツ フランクフルト 白おにぎり	ごはん 小麦 砂糖	豚肉 卵 鮭 大豆	キャベツ サリナス 玉ねぎ 葱 人参 セロリ わかめ レモン	353	13.1	13.2
29月	ネコさん弁当 ほうれん草の和風スパゲティ じゃが芋のお焼き エビフライ チーズ ブロッコリー 三角白おにぎり	ごはん 砂糖 スパゲティ麺 じゃが芋 小麦 パン粉 マーガリン	豚ばら肉 大豆 卵 チーズ エビ	枝豆 ブロッコリー コーン ほうれん草 玉ねぎ 葱 人参 セロリ	311	8.5	11.9
30火	パン給食 BBQチキン ベーコンチーズピザ ミモザサラダ ロールパン フルーツ	パン マーガリン 小麦 砂糖 マヨネーズ 菜種油 バター	鶏 牛乳 豚ばら肉 チーズ ベーコン 大豆 卵	キャベツ たまねぎ 葱 レモン きゅうり 人参 りんご コーン パセリ トマト しょうが ケチャップ セロリ	388	16.4	17.0



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。