



お宮の里（自園） 幼稚園 様

2026年 4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	塩分 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のえる					
1 水	タンドリーチキン給食 タンドリーチキン かぼちゃの味噌汁 切干大根の炒め煮 ご飯 フルーツ(パイン缶)	カレー粉 菜種油 米	鶏肉 油揚げ 味噌 いりこ	いんげん 人参 にんにく かぼちゃ ケチャップ 生姜 切干大根 チンゲン菜 パイン	376	15.9	12.9	1.4	
2 木	八宝菜給食 八宝菜 にゅうめん汁 照焼きミートボール ご飯 ミニゼリー	片栗粉 米 菜種油 ゼリー そうめん	豚肉 いりこ つくね	たけのこ ピーマン 玉ねぎ 椎茸 人参 わかめ 白菜	355	13.6	6.6	2.0	
3 金	たらの煮付け たらの煮付け チンゲン菜の味噌汁 ふわふわ炒り豆腐 ご飯 フルーツ(バナナ)	じゃが芋 菜種油 米	鶏肉 高野豆腐 タラ 味噌 いりこ	いんげん 人参 生姜 バナナ 玉ねぎ チンゲン菜	343	16.6	6.9	1.5	
4 土	豚肉とフロッコリーの炒め物給食 豚肉とフロッコリーの炒め物 あげの味噌汁 ひじきの煮物 ご飯 フルーツ(黄桃缶)	菜種油 米	豚肉 いりこ 油揚げ 味噌 いりこ さつま揚げ	いんげん フロッコリー 小松菜 ひじき 玉ねぎ 黄桃 人参	326	14.7	9.0	1.3	
6 月	白身魚フライ給食 白身魚フライ じゃがいもの味噌汁 チャプチェ ご飯 フルーツ(みかん缶)	じゃが芋 米 春雨 菜種油 ごま油	豚肉 魚のフライ 豆腐 味噌 いりこ	生姜 みかん 玉ねぎ 人参 ほうれん草	357	12.8	8.1	0.9	
7 火	肉みそ丼給食 肉みそ丼 わかめの味噌汁 あじナゲット フルーツ(パイン缶)	里芋 菜種油 米	豚肉 ナゲット 油揚げ 味噌 いりこ	いんげん わかめ キャベツ パイン 玉ねぎ 人参	365	14.3	10.7	1.5	
8 水	鶏のごま焼き給食 鶏のごま焼き 小松菜の味噌汁 春キャベツと絹さやのソテー ご飯 フルーツ(みかん缶)	ごま 菜種油 米	鶏肉 豆腐 味噌 いりこ	絹さや 玉ねぎ キャベツ 人参 小松菜 みかん 生姜	374	16.1	14.3	1.7	
9 木	揚げ魚のおろしかけ給食 揚げ魚のおろしかけ 椎茸の味噌汁 蒸し鶏のサラダ ご飯 フルーツ(黄桃缶)	菜種油 天ぷら粉 米	鶏肉 タラ 味噌 いりこ	キャベツ 玉ねぎ 黄桃 きゅうり 人参 生姜 ほうれん草 大根 椎茸	359	15.8	9.9	1.4	
10 金	チキンライス給食 チキンライス コールスローサラダ ★のぼるの日★ オムレツ プチシュー ポテト コンソメスープ	マカロニ ポテト 菜種油 米 シュークリーム マヨネーズタイプ	鶏肉 オムレツ	キャベツ 玉ねぎ きゅうり 人参 グリーンピース フロッコリー コーン ケチャップ	371	10.8	11.5	1.8	
11 土	豚肉の生姜焼き給食 豚肉の生姜焼き じゃが芋の味噌汁 小松菜のおひたし ご飯 フルーツ(みかん缶)	じゃが芋 菜種油 米	豚肉 味噌 いりこ	小松菜 ほうれん草 生姜 椎茸 玉ねぎ りんご 人参 みかん	327	12.1	9.0	1.0	
14 火	鶏の唐揚げ給食 鶏の唐揚げ チンゲン菜の味噌汁 ごずこんサラダ ご飯 ミニゼリー	片栗粉 米 菜種油 ゼリー 天ぷら粉	鶏肉 味噌 いりこ	コーン 人参 生姜 フロッコリー 玉ねぎ ひじき チンゲン菜	419	16.6	16.1	1.2	
15 水	さばの味噌煮給食 さばの味噌煮 ほうれん草のすまし汁 人参しりしり ご飯 フルーツ(オレンジ)	菜種油 米	鶏肉 いりこ サバ 豆腐 味噌	生姜 椎茸 玉ねぎ オレンジ 人参 ほうれん草	324	15.6	8.9	1.1	
16 木	ごま風味炒め給食 ごま風味炒め 中華スープ かぼちゃのてんぷら ご飯 フルーツ(黄桃缶)	ごま 菜種油 ごま油 米	豚肉	かぼちゃ天 フロッコリー なら キャベツ かぶ たけのこ 椎茸 人参 黄桃	335	11.8	9.5	1.1	
17 金	ポークビーンズ給食 ポークビーンズ コーンスープ マカロニサラダ パン フルーツ(みかん缶)	パン マカロニ 菜種油 マヨネーズタイプ	豚肉 脱脂粉乳 ウインナー チーズ 大豆	グリーンピース ケチャップ コーン みかん 玉ねぎ にんにく 人参	344	15.1	13.6	1.7	
18 土	肉だんごのあんかけ給食 肉だんごのあんかけ 小松菜の味噌汁 ポテト ご飯 ミニゼリー	片栗粉 米 菜種油 ゼリー ポテト	味噌 いりこ つくね	小松菜 椎茸 玉ねぎ 人参 白菜	342	10.9	10.6	1.5	
20 月	カレーライス給食 カレーライス キャベツときゅうりのサラダ ミニゼリー	片栗粉 ルウ じゃが芋 米 菜種油 ゼリー	豚肉	キャベツ 人参 きゅうり ケチャップ コーン りんご 玉ねぎ	427	9.7	10.1	1.8	
21 火	たらの野菜あんかけ給食 たらの野菜あんかけ あげの味噌汁 アスパラとウインナーのソテー ご飯 ミニゼリー	片栗粉 米 菜種油 ゼリー 天ぷら粉	ウインナー いりこ タラ 油揚げ 味噌	アスパラ 人参 コーン ピーマン 生姜 椎茸 玉ねぎ わかめ	344	13.8	10.8	1.1	
22 水	ミートソーススパゲティ給食 ミートソーススパゲティ コンソメスープ キャベツとコーンのサラダ フルーツ(パイン缶)	スパゲティ麺 片栗粉 菜種油	牛肉 豚肉	キャベツ 人参 パイン コーン フロッコリー 玉ねぎ ケチャップ チンゲン菜 トマト	326	13.5	10.2	1.6	
23 木	たけのこご飯給食 たけのこご飯 豆腐の味噌汁 鶏肉と大根の煮物 ★絵本給食★ フルーツ(黄桃缶) ～もぐらバス～	菜種油 米	鶏肉 いりこ 油揚げ 豆腐 味噌	いんげん 玉ねぎ 小松菜 人参 大根 椎茸 たけのこ 黄桃	333	12.8	10.0	1.3	
25 土	ホイコーロー給食 ホイコーロー じゃが芋の味噌汁 切干大根の炒め煮 ご飯 フルーツ(パイン缶)	片栗粉 じゃが芋 菜種油 米	豚肉 油揚げ 味噌 いりこ	いんげん 人参 キャベツ ピーマン 玉ねぎ 切干大根 チンゲン菜 パイン	339	13.0	7.8	1.6	
27 月	ハンバーグ給食 ハンバーグ あげの味噌汁 野菜サラダ ご飯 フルーツ(黄桃缶)	ソース 菜種油 米	油揚げ 味噌 いりこ ハンバーグ	キャベツ かぶ コーン ケチャップ チンゲン菜 黄桃 人参	352	10.7	9.4	1.6	
28 火	さばの照焼き給食 さばの照焼き かぼちゃの味噌汁 焼きビーフン ご飯 フルーツ(パイン缶)	ビーフン 菜種油 米	豚肉 サバ 味噌 いりこ	かぼちゃ ピーマン 生姜 椎茸 玉ねぎ わかめ 人参 パイン	346	14.8	9.2	1.4	
30 木	とんかつ給食 とんかつ 里芋の味噌汁 キャベツの炒め煮 ご飯 フルーツ(黄桃缶)	ソース 里芋 菜種油 米	油揚げ 味噌 いりこ トンカツ	いんげん 人参 キャベツ 黄桃 玉ねぎ チンゲン菜	372	10.3	13.3	1.4	
					月平均	355	13.5	10.4	1.4



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

月平均

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