



お宮の里（自園） 幼稚園 様

2026年 9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とのえる				
1 火	タラのタルタル焼き給食 タラのタルタル焼き ナスの味噌汁 高野豆腐の煮物 ご飯 チーズ	菜種油 タルタルソース 米	ナチュラルチーズ 高野豆腐 たら 味噌 いりこ	いんげん パセリ 小松菜 えのき なす 椎茸 人参	325	15.7	9.5	1.6
2 水	ごま風味炒め給食 ごま風味炒め 里芋の味噌汁 あじナゲット ご飯 フルーツ(梨)	ごま 米 里芋 菜種油 ごま油	豚肉 味噌 いりこ ナゲット	キャベツ 椎茸 たけのこ わかめ 玉ねぎ 梨 人参 にら	372	16.2	13.1	1.1
3 木	ジャージャー麺給食 ジャージャー麺 中華サラダ フルーツ(黄桃缶)	片栗粉 中華麺 菜種油	豚肉 味噌 ささみフレーク	きゅうり 人参 コーン 黄桃 生姜 玉ねぎ	310	14.9	8.6	1.6
4 金	豆腐の中華煮給食 豆腐の中華煮 もずくスープ しゅうまい ご飯 ミニゼリー	片栗粉 ごま油 ゼリー 米	鶏肉 豆腐 しゅうまい	コーン 椎茸 玉ねぎ もずく チンゲン菜 人参	347	11.7	10.2	1.4
5 土	バーベキューチキン給食 バーベキューチキン 小松菜の味噌汁 キャベツの炒め煮 ご飯 フルーツ(パイン缶)	ソース 菜種油 米	鶏肉 油揚げ 味噌 いりこ	いんげん 人参 キャベツ かぶ 小松菜 ケチャップ 玉ねぎ パイン	376	16.1	13.2	1.3
7 月	鶏とさつま芋の煮物給食 鶏とさつま芋の煮物 豆腐の味噌汁 小松菜とツナの和え物 ご飯 チーズ	さつま芋 菜種油 米	鶏肉 味噌 ナチュラルチーズ いりこ ツナ 豆腐	いんげん 玉ねぎ キャベツ 人参 コーン わかめ 小松菜 ねぎ	367	13.2	10.3	1.5
8 火	きのこごはん給食 きのこごはん デザート 栗コロッケ 豚汁 ブロッコリー ★のぼるの日★	里芋 オムレット 菜種油 コロッケ 米	豚肉 ツナ 味噌 いりこ	玉ねぎ 椎茸 人参 しめじ ブロッコリー えのき	459	13.0	12.1	1.8
9 水	麻婆豆腐給食 麻婆豆腐 フルーツ(みかん缶) とうもろこしつみみ焼き ご飯 ほうれん草の和え物	片栗粉 菜種油 米	牛肉 すり身寄せ 豚肉 豆腐 味噌	グリーンピース 人参 コーン ほうれん草 生姜 みかん 玉ねぎ にんにく	353	13.1	9.1	1.1
10 木	照焼きチキン給食 照焼きチキン かぼちゃの味噌汁 切干大根の中華和え ご飯 フルーツ(黄桃缶)	菜種油 ごま油 米	鶏肉 味噌 いりこ	かぼちゃ チンゲン菜 黄桃 きゅうり 人参 コーン 椎茸 生姜 切干大根	391	15.5	14.3	1.2
11 金	揚げ魚のおろしかけ給食 揚げ魚のおろしかけ 中華スープ 蒸し鶏のサラダ ご飯 フルーツ(パイン缶)	菜種油 天ぷら粉 米	鶏肉 たら	キャベツ 大根 パイン きゅうり 玉ねぎ コーン 人参 生姜 ブロッコリー	352	14.2	9.4	1.4
12 土	肉野菜炒め給食 肉野菜炒め じゃがいもの味噌汁 ミートボール ご飯 ミニゼリー	じゃが芋 菜種油 ゼリー 米	豚肉 つくね 油揚げ 味噌 いりこ	キャベツ ビーマン コーン ケチャップ 玉ねぎ 人参	333	14.4	8.4	1.1
14 月	かぶと厚揚げの煮物給食 かぶと厚揚げの煮物 ほうれん草の味噌汁 チキンカツ ご飯 フルーツ(みかん缶)	菜種油 米	厚揚げ 味噌 いりこ チキンカツ	小松菜 かぶ 玉ねぎ みかん 人参 ほうれん草	369	14.9	12.9	0.9
15 火	いわしハンバーグ・和風ソース給食 いわしハンバーグ・和風ソース あげの味噌汁 野菜のごま和え ご飯 フルーツ(オレンジ)	片栗粉 ごま 菜種油 米	油揚げ 味噌 いりこ いわしハンバーグ	キャベツ チンゲン菜 オレンジ きゅうり 人参 小松菜 えのき 玉ねぎ わかめ	306	12.1	5.7	1.5
16 水	ナポリタンスパゲティ給食 ナポリタンスパゲティ コンソメスープ ポテトサラダ パン チーズ	パン マヨネーズタイプ スパゲティ麺 じゃが芋 菜種油	ウインナー ナチュラルチーズ	きゅうり ビーマン コーン ブロッコリー 玉ねぎ ケチャップ 人参	386	9.9	14.2	1.8
17 木	カレーライス給食 カレーライス ベーコンのイタリアンサラダ ミニゼリー	片栗粉 ゼリー ドレッシング ルウ じゃが芋 米 菜種油	豚肉 ベーコン	キャベツ ケチャップ コーン りんご 玉ねぎ 人参	428	10.2	10.6	2.0
18 金	味噌カツ給食 味噌カツ わかめスープ コールスローサラダ ご飯 フルーツ(パイン缶) ★郷土料理★愛知県	片栗粉 菜種油 マヨネーズタイプ 米	チーズ 味噌 トンカツ	キャベツ 人参 きゅうり わかめ コーン ケチャップ 玉ねぎ パイン	375	8.6	13.8	1.8
19 土	豚肉とブロッコリーの炒め物給食 豚肉とブロッコリーの炒め物 椎茸の味噌汁 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 さつま揚げ	いんげん ブロッコリー 小松菜 椎茸 玉ねぎ ひじき 人参 黄桃	332	14.0	10.3	1.3
24 木	酢豚風肉だんご給食 酢豚風肉だんご えのきの味噌汁 かぼちゃの煮物 ご飯 ミニゼリー	片栗粉 菜種油 ゼリー 米	豆腐 味噌 いりこ つくね	かぼちゃ ビーマン 玉ねぎ えのき なす ねぎ 人参	356	12.5	7.1	1.5
25 金	月見うどん給食 月見うどん ★絵本給食★ ちぎり揚げ ～おつきさまこんばんは～ フルーツ(みかん缶)	うどん 菜種油	油揚げ いりこ ゆでたまご風 ちぎり揚げ	小松菜 玉ねぎ 人参 みかん	366	21.8	13.1	2.4
26 土	豚肉の生姜焼き給食 豚肉の生姜焼き 豆腐の味噌汁 小松菜のおひたし ご飯 フルーツ(パイン缶)	菜種油 米	豚肉 いりこ 油揚げ 豆腐 味噌	かぼちゃ 人参 小松菜 わかめ 生姜 りんご 玉ねぎ パイン	335	12.7	9.3	1.0
28 月	えびカツ給食 えびカツ かぶの味噌汁 切干大根の炒め煮 ご飯 ふかし芋	さつま芋 菜種油 米	油揚げ 味噌 いりこ えびかつ	いんげん かぶ 玉ねぎ 切干大根 人参 ほうれん草	347	9.8	9.5	1.2
29 火	鶏肉のトマト煮給食 鶏肉のトマト煮 コンソメスープ ツナサラダ パン フルーツ(オレンジ)	パン 片栗粉 菜種油	鶏肉 ツナ	キャベツ 人参 トマト きゅうり ビーマン オレンジ コーン ブロッコリー 玉ねぎ ケチャップ	300	14.5	15.3	1.1
30 水	たらの煮付け給食 たらの煮付け かぼちゃの味噌汁 焼きビーフン ご飯 フルーツ(みかん缶)	ビーフン 菜種油 米	豚肉 いりこ たら 豆腐 味噌	かぼちゃ 人参 生姜 ビーマン 玉ねぎ みかん チンゲン菜	317	14.0	5.2	1.6
月平均					357	13.6	10.7	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