

2023ねん12がつこんだてひょう



1(金)					アレルギー
なめし					小麦 (オシロイ)
ナポリタン					小麦 (オシロイ)
コーンコロッケ					牛 (たいす)
ウインナー					鶏 (豚)
いんげんソテー					乳 (りんご)
オレンジゼリー					
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
401kcal	8.9g	9.0g	71.5g	1.5g	

4(月)					アレルギー	5(火)					アレルギー	6(水)					アレルギー	7(木)					アレルギー	8(金)					アレルギー
やさいふりかけごはん					卵 (小麦)	しろごはん					乳 (小麦)	とりそぼろごはん				卵 (小麦)	さけふりかけごはん				卵 (小麦)	ハムチーズパン					卵 (小麦)		
ほうれんそうとベーコンソテー					ごま (えび)	とりのトマトクリームに					いかに (えび)	こまつなのびたし				ごま (えび)	ツナとピーマンのソテー				ごま (えび)	ミニクリームクロワッサン					卵 (小麦)		
とうふフライ					かにか (鶏)	えびカツ					鶏 (豚)	やさいコロッケ				鶏 (豚)	ちくわのいそべあげ				鶏 (豚)	ポトフうにこみ					乳 (牛)		
にくだんご					鶏 (豚)	パインかん					もも (りんご)	しゅうまい				もも (りんご)	ねぎいりあつやきたまご				鶏 (豚)	ポテトフライ					鶏 (豚)		
もやしソテー					鶏 (豚)						豚	まめのごまあえサラダ				鶏 (豚)	はくさいのにびたし				鶏 (豚)	トマトベンネサラダ					豚 (りんご)		
ミニチーズ											りんご	おとうかん				りんご (豚)	やさいゼリー				りんご (豚)	ようなしかん							
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
366kcal	9.4g	9.7g	61.1g	1.0g	349kcal	9.8g	7.4g	59.6g	0.6g	426kcal	13.4g	8.7g	74.3g	1.3g	371kcal	9.6g	7.8g	66.0g	1.5g	261kcal	7.1g	10.8g	34.9g	1.4g					

11(月)					アレルギー	12(火)					アレルギー	13(水)					アレルギー	14(木)					アレルギー	15(金)					アレルギー
たらこふりかけごはん					卵 (小麦)	ごましおかけごはん					小麦 (ごま)	せとふうみふりかけごはん				卵 (小麦)	わかめごはん				卵 (小麦)	たまごふりかけごはん				卵 (小麦)			
にんじんのそぼろに					ごま (えび)	きのこソテー					えび (たいす)	かつどんふうに				ごま (えび)	ほうれんそうのごまいため				ごま (えび)	しおやきそば					ごま (かに)		
いそべささみフライ					さけ (たいす)	やきそば					鶏 (豚)	うめにんじんのあまに				ごま (えび)	さばのたつたあげ				ごま (さば)	てりやきとうふハンバーグ					さば (たいす)		
かにしゅうまい					かにか (鶏)	とりのてりやき					もも (りんご)	ポテトサラダ				豚 (乳)	ブロッコリー				たいす (ゼラチン)	かにかまてん					鶏 (乳)		
コーンソテー					たらこ (乳)	ひとくちやきいも					もも (りんご)	みかんかん				りんご (豚)	マカロニサラダ				りんご (豚)	キャベツのめんつゆいため					鶏 (乳)		
あんりんフルーツ					もも (豚)	マンゴープリン					乳					りんご (豚)	オレンジ				りんご (豚)	グレープゼリー					豚		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
369kcal	9.8g	6.2g	69.8g	1.1g	387kcal	12.0g	8.2g	67.3g	1.0g	392kcal	10.1g	8.7g	69.1g	1.3g	378kcal	11.0g	10.2g	60.6g	1.2g	373kcal	9.8g	6.7g	69.3g	1.0g					

18(月)					アレルギー	19(火)					アレルギー	20(水)					アレルギー	21(木)					アレルギー	22(金)					アレルギー
ごましおかけごはん					卵 (小麦)	しろごはん					卵 (小麦)	さけそぼろごはん				卵 (小麦)	のりまき (かんぴょう)				卵 (小麦)	のりおかかごはん				卵 (乳)			
こまつなとハムのソテー					ごま (えび)	ポークカレー					たいす (豚)	コーンとピーマンのソテー				ごま (えび)	のりまき (ツナマヨ)				ごま (えび)	マカロニソテー					小麦 (オシロイ)		
さんかくはるまき					かにか (たいす)	ポテトフライ					もも (りんご)	カレーコロッケ				ごま (えび)	いなりすし				ごま (えび)	ハムカツ					小麦 (オシロイ)		
えびしゅうまい					かにか (たいす)	ブロッコリーソテー					もも (りんご)	にくだんご				たいす (鶏)	にんじんのこまあえ				鶏 (もも)	プチオムレツ					たいす (鶏)		
たまごサラダ					鶏 (豚)	フルーツカクテル					乳	マカロニサラダ				りんご (乳)	とりからあげ				りんご (乳)	たまねぎとツナのもの					豚		
にりんご					乳 (りんご)							ようなしかん				りんご (乳)	オムレツ				りんご (乳)	オレンジ							
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
359kcal	7.3g	8.0g	61.8g	1.4g	374kcal	8.6g	9.7g	64.6g	0.8g	395kcal	8.8g	8.5g	72.1g	1.1g	272kcal	9.2g	9.5g	37.6g	2.0g	326kcal	9.2g	6.8g	57.9g	1.3g					

25(月)					アレルギー	26(火)					アレルギー	27(水)					アレルギー	28(木)					アレルギー	29(金)					アレルギー
やさいふりかけごはん					卵 (乳)	なめし					小麦 (ごま)	ごましおかけごはん				卵 (小麦)	たらこふりかけごはん				卵 (小麦)	さけふりかけごはん				卵 (小麦)			
ごまおさつフライ					小麦 (ごま)	ちゃんげんさいソテー					牛 (たいす)	じゃがいものあおりのあえ				ごま (たいす)	いんげんおかかあえ				ごま (えび)	ほうれんそうのおひたし					ごま (えび)		
グラタン					小麦 (ごま)	メンチカツ					牛 (たいす)	とりのみそやき				ごま (たいす)	あげぎょうざ				鶏 (かに)	しろみさかなフライ					ごま (えび)		
ほしにんじんのスープに					たいす (鶏)	にんじんのさつまあげ					鶏 (豚)	ゆでスナップえんどう				さけ (たいす)	コーンしゅうまい				さけ (たいす)	ブロッコリー					たいす (りんご)		
キャベツとたまごのオイスターいため					えび (豚)	もやしのナムル					りんご (乳)	にんじんのコンソメに				鶏 (豚)	とりにくのやわたまき				鶏 (豚)	さつまいもかんろに					乳		
チョコブチシュー					えび (豚)	アップルゼリー					乳	ブチメーブルケーキ				りんご (ゼラチン)	オレンジゼリー				りんご (ゼラチン)	ブチチョコケーキ					乳		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
367kcal	8.0g	8.8g	64.7g	0.9g	368kcal	9.1g	8.1g	65.9g	1.7g	364kcal	12.1g	9.0g	60.0g	1.1g	370kcal	9.4g	6.7g	68.9g	1.1g	403kcal	10.1g	6.7g	76.4g	0.7g					

※材料調達の都合上、献立を一部変更することがございます。ご了承ください。
 ※複数の園にお届けして容器を回収しています。忘れ物が戻ってくるよう、スプーンやフォーク等には園名も入れてください。
 ※毎日お届けするお弁当は、食品衛生上、13時頃までにお召し上がりください。
 ※アレルギー特定28品目がないアレルギーは、喫食者がアレルギー保有を申告しているものを掲載しております。



となんきゅうしょくセンター
 TEL 03-3732-7451 FAX 03-3735-8376

