

2024ねん3がつこんだてひょう



3月1日(金)



3月6日(水)



3月11日(月)



3月15日(金)



3月25日(月)



1(金)		アレルギー	
ちらしずし		卵	小麦
はくさいとかにかまのごまあえ		ごま	かに
うめにんじんのあまに		だいず	鶏
とりのてりやき		鶏	
ポテトサラダ		もも	
おうとうかん			
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物
366kcal	12.1g	6.3g	67.1g
			食塩相当量
			1.4g

4(月)					5(火)					6(水)					7(木)					8(金)				
アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー				
ごましおかけごはん	卵	小麦			ソーセージピザパン	卵	小麦			ひじきごはん	卵	小麦			わかめごはん	卵	小麦			やさいふりかけごはん	卵	小麦		
マーボー豆腐	ごま	だいず			ミニチョコクロワッサン	卵	小麦	卵	だいず	もやしソテー	だいず	りんご			しおやきそば	乳	かに			たまねぎそぼろいため	ごま	卵	りんご	
ばんのうねぎ	鶏	豚			ポトフふうこみ	鶏	豚			しろみさかなフライ	乳				てりやきとうふハンバーグ	さば	だいず			カレーコロッケ	牛	乳		
しゅうまい	乳	ゼラチン			チキンリングフライ	りんご	乳			ブロッコリー					かにかまてんぷら	鶏	豚			あつやきたまご	だいず	鶏		
マンゴープリン					やさいゼリー					パブリカのマリネ					こまつなソテー	りんご	牛			ほうれんそうのなめたけあえ	りんご	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
365kcal	11.5g	7.5g	64.1g	1.7g	256kcal	7.4g	11.4g	32.4g	1.4g	347kcal	9.2g	6.2g	64.5g	1.0g	360kcal	9.5g	5.7g	67.8g	1.5g	374kcal	10.7g	8.3g	65.4g	1.0g

11(月)					12(火)					13(水)					14(木)					15(金)				
アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー				
しろごはん	卵	小麦			なめし	小麦	えび			ごましおかけごはん	卵	乳			チキンライス	卵	小麦			さけそぼろごはん	卵	小麦		
チキンカレー	だいず	鶏			マカロニソテー	卵	だいず			にくだんごのホワイトソースがけ	小麦	ごま			ブロッコリーソテー	いか	だいず			はくさいにびたし	ごま	えび		
ゆでいんげん	豚	りんご			かぼちゃコロッケ	鶏	豚			ゆでスナップえんどう	いか	えび			イカリングフライ	鶏	豚			ちくわのいそべあげ	さけ	だいず		
ポテトフライ	豚	りんご			ウインナー	乳				えびカツ	だいず	鶏			オムレツ	りんご	乳			にくだんご	鶏	豚		
ミニチーズ	乳				こまつなとさくらえびのソテー					にりんご	豚	りんご			マカロニサラダ					ジャーマンポテト	鶏	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
340kcal	9.0g	9.6g	55.5g	0.9g	374kcal	7.4g	8.6g	68.6g	1.8g	388kcal	10.1g	9.3g	66.6g	1.3g	371kcal	10.7g	8.8g	63.9g	2.1g	367kcal	9.7g	7.2g	64.7g	1.2g

18(月)					19(火)					20(水)					21(木)					22(金)								
アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー								
せとふうみふりかけごはん	卵	小麦			のりおかかごはん	卵	小麦			しゅんじんのひ					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						
ちんげんさいソテー	ごま	かに		キャベツソテー	牛	だいず			ビーマンソテー						ごま	えび			とりにくのケチャップに	ごま	さけ			あげれんこん	だいず	鶏		
かにクリームコロッケ	だいず	りんご		メンチカツ	鶏	りんご			ハンバーグケチャップソース						牛	だいず			あげれんこん	だいず	鶏			ベーコンオムレツ	豚	乳		
ブロッコリー	だいず	りんご		ミニさつまあげ	鶏	りんご			えびフライ						鶏	乳			ベーコンオムレツ	豚	乳			プチメーブルケーキ	りんご			
ごもくにまめ	乳			ひとくちやきいも	乳				にんじんのコンソメに						豚	さけ			ようなしかん	たらこ								
みかんかん				いちごブチシュー					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				
358kcal	8.2g	7.6g	65.6g	0.8g	402kcal	9.8g	9.4g	70.0g	1.4g	373kcal	10.7g	7.9g	65.0g	1.1g	404kcal	14.5g	10.2g	63.3g	1.1g									

25(月)					26(火)					27(水)					28(木)					29(金)				
アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー				
ごましおかけごはん	卵	小麦			しろごはん	小麦	だいず			たまごふりかけごはん	卵	小麦			やさいふりかけごはん	卵	小麦			わかめごはん	卵	小麦		
だいこんとあぶらあげのもの	ごま	だいず			ポークハヤシ	鶏	豚			ちくわのてりやき	ごま	えび			にんじんツナソテー	ごま	えび			ほうれんそうソテー	さば	だいず		
チキンナゲット	鶏	豚			ポテトフライ	もも	乳			やさいコロッケ	卵	だいず			とりからあげ	かに	だいず			さばのたつたあげ	りんご	乳		
チーズかまぼこ	りんご	乳			いんげんとコーンのサラダ					えびだんご	豚	りんご			かにしゅうまい	鶏	乳			あつやきたまご	ゼラチン			
トマトペンネサラダ	りんご	乳			フルーツカクテル					キャベツのおかかあえ	豚	りんご			じゃがいものあおりのあえ	鶏	乳			はくさいのサラダ	ゼラチン			
グレープゼリー										オレンジ	鶏	乳			カスタードブチシュー	豚				ミニチーズ				
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
355kcal	8.0g	7.1g	66.2g	1.5g	358kcal	8.2g	6.9g	66.5g	0.9g	374kcal	9.9g	6.6g	69.5g	1.8g	389kcal	11.2g	9.6g	65.2g	1.2g	399kcal	12.8g	12.9g	58.1g	1.5g

※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。ご了承願います。
 ※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品目でないアレルギーは、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

