

献立表

2018年06月

パドマ・ナーサリースクール

ラインのある献立名/材料について

献立名、材料名にラインが付いているのは、未満児(うめ・もも・さくら組用)の主菜(おかず)・手作りおやつになります。主食(ごはん)・副菜等は以上児(ふじ・ゆり・きく組)と共通です。

エネルギー等の表示について

()の数字は未満児(うめ・もも・さくら組)を表しています。

食材の変更について

食材の入荷状況等により、食材が変更となる可能性がありますので、ご了承願います。

日付	献立名	材料名	おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
01 金	御飯,つくねの照り焼き,おくらのおかか和え,すまし汁,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	米、/鶏ひき肉、絹ごし豆腐、ひじき、米みそ(淡色辛みそ)、片栗粉、しょうが、しょうゆ、みりん、砂糖、油、/オクラ、きゅうり、花かつお、しょうゆ、かつお節、/たまねぎ、にんじん、かまぼこ、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、/オレンジ、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	501(424) 21.8(18.5) 11.2(9.5) 2.7(2.2)
02 土	焼きビーフン,野菜スープ	ビーフン、豚肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ねぎ、ごま油、オイスターソース、しょうゆ、食塩、/じゃがいも、しめじ、カットわかめ、パセリ粉、しょうゆ(うすくち)、食塩、固形ブイヨン、/牛乳、	牛乳	315(291) 11.4(10.6) 11.4(10.6) 1.8(1.6)
04 月	御飯,煮魚,ひじき炒め煮,みそ汁,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	米、/かれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、/ひじき、にんじん、油揚げ、だいたず水煮缶詰、いんげん、砂糖、しょうゆ、みりん、油、かつお節、/なす、たまねぎ、ねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/オレンジ、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	521(441) 23.7(20.0) 13.8(11.7) 3.9(3.2)
05 火	御飯,肉じゃが風煮,小松菜のごま和え	米、/牛肉(肩ロース)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、糸こんにゃく、砂糖、しょうゆ、みりん、油、かつお節、魚粉、/こまつな、しめじ、ごま、しょうゆ、かつお節、魚粉、/牛乳、/ホットケーキ粉、にんじん、卵、牛乳(調理用)、砂糖、バター、脱脂粉乳、	牛乳,キャロットケーキ	566(475) 19.0(15.7) 17.4(14.9) 3.8(3.4)
06 水	御飯,鮭のチャンチャン焼き,冬瓜スープ,バナナ	米、/さけ、酒、キャベツ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖、みりん、水、油、/とうがん、チンゲンサイ、ベーコン、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、鶏がらスープ、食塩、片栗粉、/バナナ、/牛乳、/ゼリー、	牛乳,りんごゼリー	488(411) 20.8(18.0) 10.5(8.8) 2.9(2.5)
07 木	御飯,たまごのオープン焼き,ほうれん草のおかか和え,みそ汁	米、/卵、かつお節、しょうゆ(うすくち)、みりん、ツナ油漬缶、にんじん、たまねぎ、みつば、食塩、油、/ほうれん草、しょうゆ、かつお節、花かつお、魚粉、/絹ごし豆腐、しめじ、油揚げ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/牛乳、/コッペパン、ココア(ビュアココア)、砂糖、コーンスターチ、牛乳(調理用)、バニラエッセンス、食塩、/サンドイッチパン、ココア(ビュアココア)、砂糖、コーンスターチ、牛乳(調理用)、バニラエッセンス、食塩、	牛乳,ココアクリームパン(以上児), <u>ココアクリームサンド(未満児)</u>	598(511) 26.4(23.6) 17.1(15.7) 3.6(4.2)
08 金	ハヤシライス,野菜サラダ,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	米、牛肉(肩ロース)、牛ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しめじ、グリーンピース(冷凍)、ハヤシルウ、ワイン(赤)、トマトピューレ、食塩、固形ブイヨン、/キャベツ、グリーンアスパラガス、とうもろこし(ゆで)、油、りんご酢、砂糖、食塩、/オレンジ、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	590(522) 17.0(14.5) 19.2(16.7) 3.7(3.1)
09 土	じゃーじゃー麺,わかめスープ	生中華めん、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ねぎ、しょうが、油、しょうゆ、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖、酒、かつお節、片栗粉、魚粉、/カットわかめ、絹ごし豆腐、レタス、えのきたけ、しょうゆ(うすくち)、食塩、固形ブイヨン、/牛乳、	牛乳	394(365) 18.0(17.2) 11.7(10.9) 2.7(2.4)
11 月	御飯,じゃが芋と大豆のうま煮,みそ汁,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	米、/鶏むね肉、だいたず水煮缶詰、厚揚げ、じゃがいも、にんじん、板こんにゃく、グリーンピース、油、砂糖、しょうゆ、かつお節、魚粉、/なめこ、たまねぎ、ねぎ、焼ふ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/オレンジ、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	600(513) 25.7(22.0) 18.6(16.1) 3.8(3.2)
12 火	御飯,いわしのかばやき(以上児), <u>白身魚のかばやき(未満児)</u> ,チンゲン菜のおかかあえ,すまし汁	米、/いわし、しょうが、食塩、酒、片栗粉、油、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお節、/かれい、食塩、酒、油、片栗粉、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお節、/チンゲンサイ、花かつお、しょうゆ、かつお節、魚粉、/そうめん、たまねぎ、にんじん、カットわかめ、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、/牛乳、/ドーナツ、	牛乳,ドーナツ	597(480) 23.2(19.6) 22.4(16.6) 2.0(1.8)
13 水	マーボー丼,バナナ,じゃが芋のごま酢和え,りんご	米、絹ごし豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、ねぎ、油、しょうが、赤みそ、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、かつお節、片栗粉、/バナナ、/じゃがいも、きゅうり、ごま、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、食塩、/りんご、/牛乳、/ヨーグルト(加糖)、	牛乳,ヨーグルト	602(511) 21.9(19.2) 15.3(13.1) 4.4(3.8)
14 木	御飯,鮭の塩焼き,ほうれん草のお浸し,かきたま汁	米、/さけ、レモン、食塩、/ほうれん草、しめじ、しょうゆ、かつお節、魚粉、/卵、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、食塩、片栗粉、かつお節、魚粉、/牛乳、/ぶどう濃縮果汁、水、ゼラチン、水、砂糖、	牛乳,ブドウゼリー	433(360) 24.5(21.0) 9.5(7.8) 2.4(2.1)
15 金	ロールパン,豚肉となすのケチャップ煮,キャベツとじゃこのサラダ,バナナ	ロールパン、/豚肉(肩ロース)、豚ひき肉、ベーコン、なす、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、ホールトマト缶詰、ウスターソース、固形ブイヨン、食塩、砂糖、ワイン(赤)、/キャベツ、きゅうり、しらす干し、油、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、食塩、/バナナ、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	561(474) 18.2(15.3) 21.7(18.5) 4.4(3.8)

献立表

2018年06月

パドマ・ナーサリースクール

日付	献立名	材料名	おやつ	エネルギーたんぱく質脂質食物繊維
16 土	肉うどん、かぼちゃの甘煮、牛乳	うどん、牛肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、ねぎ、食塩、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、みりん、かつお節、魚粉、/かぼちゃ、いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお節、魚粉、/牛乳、	牛乳	354(325) 16.9(15.6) 10.7(10.0) 1.9(1.8)
18 月	御飯、鯖の味噌煮(以上児)、煮魚(未満児)、小松菜のごま和え、みそ汁、オレンジ(以上児)、みかんのシロップ漬け(未満児)	米、/さば、しょうが、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖、みりん、しょうゆ、/かれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、/こまつな、しめじ、ごま、しょうゆ、かつお節、魚粉、/たまねぎ、にんじん、ちくわ、油揚げ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	571(421) 24.4(20.0) 17.7(9.5) 3.4(2.7)
19 火	御飯、豚ミンチと夏野菜のチーズ焼き、キャベツの甘酢和え、すまし汁	米、/豚ひき肉、なす、たまねぎ、にんじん、ホールトマト缶詰、食塩、油、ピザ用チーズ、/キャベツ、コーン缶、りんご酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、/とうがん、かまぼこ、しいたけ、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、/牛乳、/みかん缶、もも缶、パイン缶、もも液汁缶、水、砂糖、かんてん、水、	牛乳、フルーツかん	494(408) 20.6(16.0) 15.2(13.0) 2.7(2.4)
20 水	御飯、アスパラと牛肉の炒め物、粉ふき芋、野菜スープ、バナナ	米、/牛肉(肩ロース)、グリーンアスパラガス、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、鶏がらスープ、片栗粉、ごま油、/じゃがいも、あおのり、食塩、/レタス、たまねぎ、えのきたけ、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、食塩、固形ブイオン、/バナナ、/牛乳、/プリン、	牛乳、プリン	556(477) 18.5(16.2) 17.6(15.5) 2.6(2.3)
21 木	御飯、あじフライ(以上児)、鮭のフライ(未満児)、キャベツの割り醤油和え、みそ汁	米、/あじ、レモン、小麦粉、卵、パン粉、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、みりん、/さけ、レモン、小麦粉、卵、パン粉、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、みりん、/キャベツ、しょうゆ、かつお節、魚粉、/絹ごし豆腐、なす、油揚げ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/牛乳、/サンドイッチパン、いちごジャム、	牛乳、いちごジャムサンド	659(565) 27.6(24.6) 18.3(15.7) 3.5(3.1)
22 金	御飯、ローストチキン、コーンスープ、野菜サラダ、オレンジ(以上児)、みかんのシロップ漬け(未満児)	米、/鶏もも肉、鶏ひき肉、砂糖、しょうゆ、酒、ごま油、/クリームコーン缶、たまねぎ、コーン缶、バター、ベシヤメルソース、牛乳(調理用)、固形ブイオン、食塩、あおのり、水、/オクラ、きゅうり、にんじん、油、りんご酢、砂糖、食塩、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	559(476) 23.8(20.3) 17.5(15.1) 2.9(2.4)
23 土	スパゲティナポリタン、ブロッコリーしらす干し和え	スパゲティー、ベーコン、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、ケチャップ、食塩、ウスターソース、粉チーズ、砂糖、/ブロッコリー、しらす干し、しょうゆ、かつお節、魚粉、/牛乳、	牛乳	360(308) 15.0(13.1) 13.9(12.7) 3.5(3.0)
25 月	御飯、白身魚の照り焼き、きんぴら、みそ汁、りんご	米、/かれい、酒、食塩、しょうゆ、みりん、砂糖、/にんじん、ごぼう、さやいんげん、しょうゆ、みりん、砂糖、油、/絹ごし豆腐、たまねぎ、油揚げ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/りんご、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	505(422) 22.5(19.2) 9.9(8.2) 3.3(2.9)
26 火	御飯、豚肉のゴマみそ炒め、小松菜のお浸し、すまし汁	米、/豚肉(肩ロース)、しょうが、たまねぎ、ピーマン、ごま、ねりごま、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖、みりん、ごま油、食塩、/こまつな、しょうゆ、かつお節、魚粉、/だいこん、にんじん、しめじ、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、/牛乳、/かぼちゃ、砂糖、水、しょうゆ、砂糖、片栗粉、水、	牛乳、みたらしかぼちゃ	548(464) 20.4(17.6) 15.9(13.7) 5.6(5.0)
27 水	ロールパン、カレーシチュー、ひじきのサラダ、オレンジ(以上児)、みかんのシロップ漬け(未満児)	ロールパン、/牛肉(肩ロース)、なす、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、油、カレールウ、牛乳(調理用)、固形ブイオン、/ひじき、キャベツ、コーン缶、ハム、油、食塩、りんご酢、しょうゆ、砂糖、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/ゼリー、	牛乳、桃ゼリー	518(444) 17.5(14.5) 22.3(19.0) 5.2(4.3)
28 木	御飯、白身魚のケチャップあん、ゆで野菜、みそ汁	米、/かれい、食塩、酒、片栗粉、油、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、酢、/ブロッコリー、/ほうれんそう、たまねぎ、ちくわ、えのきたけ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/牛乳、/むしパンミックス、野菜ジュース、	牛乳、野菜蒸しパン	548(464) 22.1(18.8) 11.4(9.6) 3.3(2.9)
29 金	御飯、フーチャンプルー、すまし汁、オレンジ(以上児)、みかんのシロップ漬け(未満児)	米、/卵、キャベツ、豚肉(肩ロース)、にんじん、ピーマン、焼ふ、花かつお、油、しょうゆ、砂糖、酒、/絹ごし豆腐、たまねぎ、カットわかめ、にんじん、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	536(448) 22.8(17.7) 18.7(16.1) 2.5(2.0)
30 土	わかめうどん、じゃが芋のそぼろ煮	うどん、カットわかめ、にんじん、油揚げ、干しいたけ、ねぎ、食塩、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、みりん、かつお節、魚粉、/じゃがいも、鶏ひき肉、いんげん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、砂糖、みりん、油、かつお節、片栗粉、魚粉、/牛乳、	牛乳	333(306) 17.7(16.3) 9.0(8.5) 1.4(1.3)