

献立表

2018年08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。

エネルギー等の表示について

0)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 水	御飯,鶏肉と季節の野菜のチーズ焼き,じゃが芋のごま酢和え,冬瓜スープ,ぶどう(種無し)(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	米、／鶏もも肉、たまねぎ、なす、にんじん、パプリカ、食塩、油、ビザ用チーズ、／じゃがいも、ごま、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、食塩、／とうがん、ベーコン、しめじ、みつば、しょうゆ(うすくち)、鶏がらスープ、食塩、片栗粉、／ぶどう、／ <u>みかん缶</u> 、／牛乳、／ゼリー、	牛乳,桃ゼリー	529(448) 20.9(18.0) 16.9(14.6) 3.3(2.9)
02 木	御飯,白身魚のかばやき, <u>えだまめ(以上児)</u> ,きゅうりの割り醤油和え(未満児),みそ汁	米、／かれい、食塩、酒、油、片栗粉、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお節、／えだまめ、食塩、／きゅうり、しょうゆ、かつお節、いわし(煮干し)、／絹ごし豆腐、たまねぎ、にんじん、油揚げ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、／牛乳、／とうもろこし、食塩、／小麦粉、砂糖、油、	牛乳,ゆでとうもろこし(以上児), <u>ちんすこう(未満児)</u>	514(483) 25.2(20.2) 16.2(16.3) 3.7(1.6)
03 金	御飯,豚肉のしょうが焼き,キャベツの甘酢和え,すまし汁,バナナ	米、／豚肉(肩ロース)、豚ひき肉、たまねぎ、しょうが、ピーマン、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、油、／キャベツ、りんご酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、／ほうれんそう、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、かつお節、魚粉、／バナナ、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	563(473) 21.1(18.1) 15.0(12.9) 3.1(2.7)
04 土	肉うどん,かぼちゃのそぼろ煮	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、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、片栗粉、かつお節、魚粉、／牛乳、	牛乳	400(367) 20.5(18.7) 13.6(12.6) 1.9(1.8)
06 月	御飯,鮭の照り焼き,じゃが芋の含め煮,すまし汁,すいか	米、／さけ、しょうゆ、みりん、酒、油、砂糖、食塩、／じゃがいも、グリーンピース、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお節、／絹ごし豆腐、たまねぎ、にんじん、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、／すいか、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	506(407) 24.6(18.5) 8.6(6.4) 1.8(1.6)
07 火	御飯,ひじき入りたまごのオープン焼き,キャベツの割り醤油和え,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、ひじき、食塩、油、／キャベツ、しょうゆ、かつお節、魚粉、／かぼちゃ、えのきたけ、ちくわ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、／牛乳、／ドーナツ、	牛乳,ドーナツ	575(489) 21.9(18.9) 20.3(17.6) 3.6(3.2)
08 水	御飯,白身魚のタンドリー風,粉ふき芋,野菜スープ,ぶどう(種無し)(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	米、／かれい、カレー粉、食塩、ヨーグルト(無糖)、ケチャップ、砂糖、／じゃがいも、食塩、あおのり、／ほうれんそう、たまねぎ、しめじ、ハム、しょうゆ(うすくち)、食塩、固形ブイヨン、／ぶどう、／ <u>みかん缶</u> 、／牛乳、／ゼリー、	牛乳,りんごゼリー	450(378) 20.0(17.2) 7.4(6.0) 2.0(1.7)
09 木	他人丼,夏野菜サラダ	米、牛肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、卵、みつば、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、片栗粉、かつお節、魚粉、／オクラ、キャベツ、グリーンアスパラガス、コーン缶、ツナ油漬缶、油、りんご酢、砂糖、食塩、／牛乳、／牛乳(調理用)、砂糖、ココア(ピュアココア)、コーンスターチ、水、バニラエッセンス、ゼラチン、水、	牛乳,ココアブラマンジェ	555(471) 22.9(19.8) 19.1(16.6) 2.2(2.0)
10 金	ロールパン,なすのイタリアン風,キャベツとじゃこのサラダ,すいか	ロールパン、／豚肉(肩ロース)、なす、油、たまねぎ、にんじん、だいず水煮缶詰、しめじ、グリーンピース、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、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、食塩、ごま油、／すいか、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	504(427) 18.4(15.5) 19.5(16.5) 5.0(4.4)
13 月	登園される方はお弁当とおやつをご持参下さい。 お弁当は冷蔵庫に保管致します。			
14 火				
15 水				
16 木	御飯,さばの南蛮風(以上児), <u>白身魚の南蛮風(未満児)</u> ,キャベツのおかか和え,すまし汁	米、／さば、しょうが、酒、片栗粉、油、しょうゆ、酢、砂糖、かつお節、／ <u>かれい</u> 、しょうが、酒、片栗粉、油、しょうゆ、酢、砂糖、かつお節、／キャベツ、花かつお、しょうゆ、かつお節、魚粉、／ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、かまぼこ、しょうゆ(うすくち)、食塩、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	581(439) 20.8(17.3) 17.9(9.9) 1.7(1.5)

献立表

2018年08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
17 金	御飯,マーボーなす,春雨 のごま酢和え,ぶどう(種無 し)(以上児), <u>みかんのシ ロップ漬け(未満児)</u>	米、／なす、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、かつお節、片栗粉、酒、ごま油、／はるさめ、 きゅうり、ツナ油漬缶、酢、砂糖、ごま、しょうゆ、／ぶどう、／ <u>みかん缶</u> 、／牛 乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	581(492) 18.5(15.9) 18.2(15.7) 3.2(2.8)
18 土	和風スパゲティー,レタスの スープ	スパゲティー、にんじん、たまねぎ、ベーコン、しめじ、ねぎ、しょうゆ(うすく ち)、オイスターソース、酒、／レタス、絹ごし豆腐、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、／牛乳、	牛乳	288(243) 11.2(9.7) 9.0(8.3) 2.6(2.2)
20 月	御飯,鮭の塩焼き,かぼちゃ の甘煮,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、／さけ、レモン、食塩、／かぼちゃ、いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、かつ お節、魚粉、／絹ごし豆腐、たまねぎ、にんじん、油揚げ、ねぎ、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	532(451) 25.8(21.8) 12.4(10.5) 3.4(2.8)
21 火	御飯,ハンバーグ,和風ポテ トサラダ,野菜スープ	米、／牛ひき肉、豚ひき肉、食塩、たまねぎ、卵、牛乳(調理用)、パン粉、油、 ケチャップ、ウスターソース、砂糖、／じゃがいも、食塩、にんじん、ひじき、ごま 油、しょうゆ、みりん、酒、／キャベツ、えのきたけ、ハム、みつば、しょうゆ(うす くち)、食塩、固形ブイオン、／牛乳、／バナナ、みかん缶、もも缶、ヨーグルト (無糖)、砂糖、	牛乳,フルーツヨー グルト	549(466) 19.7(16.9) 17.7(15.3) 3.2(2.9)
22 水	御飯,白身魚のホイル焼き, チンゲン菜のおかかあえ, 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、酒、食塩、みりん、しょうゆ、たまねぎ、しいたけ、にんじん、油、 ／チンゲンサイ、花かつお、しょうゆ、かつお節、魚粉、／絹ごし豆腐、なす、 油揚げ、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、／ぶどうゼリー、	牛乳,ぶどうゼリー	491(420) 23.0(19.0) 9.9(8.3) 2.9(2.4)
23 木	御飯,夏野菜のかき揚げ, ひじきのごま和え,すまし汁	米、／かぼちゃ、しらす干し、たまねぎ、納豆、小麦粉、卵、食塩、油、／にんじ ん、きゅうり、ひじき、ごま、しょうゆ(うすくち)、砂糖、ごま油、／とうがん、えのき たけ、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、／牛乳、／ウイン ナー、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、／ <u>むしパンミックス</u> 、砂糖、牛乳(調理 用)、脱脂粉乳、	牛乳,ゆでフランク フルト(以上児), <u>蒸 しパン(未満児)</u>	531(446) 19.7(14.7) 21.7(9.4) 3.6(3.2)
24 金	ロールパン,ハヤシシ チュー,ツナサラダ,バナナ	ロールパン、／牛肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、なす、ハヤシルウ、トマト ピューレ、ウスターソース、食塩、固形ブイオン、マッシュルーム缶、油、／キャ ベツ、きゅうり、ツナ油漬缶、食塩、りんご酢、砂糖、油、／バナナ、／牛乳、／ お菓子、	牛乳,お菓子	568(480) 17.8(14.9) 26.8(23.1) 4.8(4.2)
25 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、グリーン ピース、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	338(310) 17.9(16.4) 9.0(8.5) 1.6(1.5)
27 月	鶏そぼろ御飯,きゅうりサラ ダ,わかめスープ,オレンジ (以上児), <u>みかんのシロ ップ漬け(未満児)</u>	米、こんぶ(だし用)、鶏ひき肉、干しいたけ、ごま油、しょうゆ、みりん、砂糖、 しょうが、さやいんげん、／きゅうり、キャベツ、ツナ水煮缶、油、りんご酢、砂 糖、食塩、／絹ごし豆腐、たまねぎ、カットわかめ、にんじん、ねぎ、しょうゆ(う すくち)、食塩、鶏がらスープ、片栗粉、／オレンジ、／ <u>みかん缶</u> 、／牛乳、／ お菓子、	牛乳,お菓子	489(413) 17.7(14.8) 12.4(10.5) 2.7(2.2)
28 火	御飯,煮魚,ほうれん草のお かか和え,すまし汁	米、／かれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、／ほうれんそう、しょうゆ、かつお 節、花かつお、魚粉、／とうがん、にんじん、えのきたけ、みつば、カットわか め、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、／牛乳、／フライドポテト、あお のり、油、食塩、	牛乳,フライドポテト	511(423) 21.7(16.8) 16.5(14.1) 3.8(3.4)
29 水	夏野菜カレー,トマトサラダ, バナナ	米、牛肉(肩ロース)、牛ひき肉、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、パプリカ、な す、油、カレールウ、牛乳(調理用)、脱脂粉乳、固形ブイオン、／トマト、キャベ ツ、ツナ油漬缶、きゅうり、油、りんご酢、砂糖、食塩、／バナナ、／牛乳、／ ヨーグルト(加糖)、	牛乳,ヨーグルト	599(511) 18.9(16.4) 20.3(17.6) 3.9(3.5)
30 木	御飯,キスの天ぷら,小松菜 のお浸し,みそ汁	米、／きす、食塩、酒、小麦粉、卵、油、／こまつな、しめじ、しょうゆ、かつお 節、魚粉、／かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、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	581(498) 23.0(20.5) 13.5(11.5) 3.9(3.5)
31 金	御飯,焼肉,オクラのごま和 え,すまし汁,ぶどう(種無し) (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、たまねぎ、パプリカ、しょうが、しょうゆ、砂糖、 みりん、酒、油、／オクラ、きゅうり、にんじん、ごま、しょうゆ、かつお節、魚粉、 ／絹ごし豆腐、しいたけ、みつば、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつ お節、魚粉、／ぶどう、／ <u>みかん缶</u> 、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	595(487) 21.3(15.7) 22.2(18.7) 2.5(2.1)