

献立表

2018年09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 土	ミートスパゲティ、レタスのスープ	スパゲティ、牛ひき肉、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、ケチャップ、食塩、油、粉チーズ、レタス、えのきたけ、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、食塩、固形ブイヨン、牛乳、	牛乳	332(283) 13.8(12.0) 11.2(10.3) 2.7(2.3)
03 月	御飯、鮭のあかね焼き、粉ふき芋、冬瓜スープ、オレンジ(以上児)、みかんのシロップ漬け(未満児)	米、さけ、しょうが、酒、ケチャップ、みりん、しょうゆ(うすくち)、砂糖、じゃがいも、あおのり、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、オレンジ、みかん缶、牛乳、お菓子、	牛乳、お菓子	502(425) 19.7(16.6) 12.6(10.7) 1.9(1.5)
04 火	御飯、たまごのオープン焼き、キャベツのおかか和え、すまし汁	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、キャベツ、しょうゆ、かつお節、絹ごし豆腐、しいたけ、カットわかめ、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、ココア(ビュアココア)、砂糖、牛乳、脱脂粉乳、	牛乳、ココア蒸しパン	550(467) 22.1(19.1) 13.8(11.8) 1.7(1.5)
05 水	御飯、白身魚のホイル焼き、チンゲンサイのお浸し、すつま汁、なし	米、かえり、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、しめじ、しょうゆ、かつお節、魚粉、さつまいも、だいこん、ちくわ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、なし、牛乳、ぶどうゼリー、	牛乳、ぶどうゼリー	493(420) 20.6(17.5) 7.4(6.0) 3.2(2.9)
06 木	御飯、マーボー豆腐、春雨サラダ	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、かつお節、片栗粉、酒、はるさめ、コーン缶、きゅうり、ハム、油、りんご酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、牛乳、じゃがいも、ピザ用チーズ、牛乳(調理用)、みりん、片栗粉、パセリ粉、	牛乳、フォンデュ・ポテト	528(456) 22.2(19.1) 16.7(14.4) 2.8(2.5)
07 金	御飯、ツナ大豆炒め、すまし汁、バナナ	米、糸こんにゃく、油揚げ、ツナ油漬缶、だれず水煮缶詰、にんじん、さやいんげん、しょうゆ、酒、砂糖、しょうが、油、かつお節、魚粉、ほうれんそう、たまねぎ、焼ふ、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	509(418) 21.3(16.6) 14.5(12.3) 4.1(3.6)
08 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)
10 月	御飯、豆腐の卵とじ、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、絹ごし豆腐、鶏もも肉、卵、たまねぎ、干しいたけ、にんじん、ねぎ、しょうゆ、砂糖、酒、食塩、みりん、かつお節、油、片栗粉、魚粉、とうがん、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、オレンジ、みかん缶、牛乳、お菓子、	牛乳、お菓子	475(393) 20.5(15.6) 10.3(8.6) 2.7(2.2)
11 火	鮭ごはん、小松菜の炒め煮、みそ汁	米、こんぶ(だし用)、しょうゆ(うすくち)、さけ、食塩、ごま、グリーンピース、こまつな、コーン缶、しめじ、砂糖、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、みりん、かつお節、油、魚粉、たまねぎ、にんじん、ちくわ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、牛乳、バナナ、みかん缶、もも缶、ヨーグル(無糖)、砂糖、	牛乳、フルーツヨーグルト	438(366) 19.0(16.3) 9.4(7.8) 3.1(2.8)
12 水	きのこのハヤシライス、ツナサラダ、なし	米、牛肉(肩ロース)、にんじん、しめじ、マッシュルーム、まいたけ、たまねぎ、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、きゅうり、ツナ水煮缶、食塩、りんご酢、油、砂糖、なし、牛乳、ゼリー、	牛乳、りんごゼリー	520(460) 15.6(13.7) 16.7(14.5) 3.6(3.2)
13 木	御飯、煮魚、ほうれん草のごま和え、かきたま汁	米、かえり、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、ほうれんそう、にんじん、ごま、しょうゆ、かつお節、卵、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、片栗粉、かつお節、魚粉、牛乳、ドーナツ、	牛乳、ドーナツ	540(456) 25.0(21.5) 16.8(14.5) 2.8(2.5)
14 金	ロールパン、カレーチュー、きのこのサラダ、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、牛乳(調理用)、固形ブイヨン、キャベツ、きゅうり、しめじ、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	574(492) 17.0(14.0) 25.6(22.0) 4.9(4.1)
15 土	汁ビーフン、白菜の煮びたし	ビーフン、鶏ひき肉、かまぼこ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、鶏がらスープ、しょうゆ(うすくち)、食塩、ごま油、はくさい、厚揚げ、かつお節、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、みりん、砂糖、魚粉、牛乳、	牛乳	342(314) 15.7(14.5) 13.2(12.3) 1.9(1.7)

献立表

2018年09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
18 火	御飯, 鮭の照り焼き, ブロッコリーの割り醤油和え, みそ汁	米、/さけ、しょうゆ、みりん、酒、油、砂糖、食塩、/ブロッコリー、にんじん、かつお節、しょうゆ、/かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/牛乳、/さつまいも、バター、りんご、砂糖、食塩、水、	牛乳, さつまいもと りんごの甘煮	492(413) 22.1(18.8) 9.2(7.6) 4.5(4.0)
19 水	親子丼, ひじき炒め煮, なし	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、卵、かまぼこ、みつば、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、砂糖、みりん、酒、片栗粉、かつお節、/ひじき、にんじん、きんぴらこんにゃく、だいたい水煮缶詰、いんげん、砂糖、しょうゆ、みりん、油、かつお節、/なし、/牛乳、/ヨーグルト(加糖)、	牛乳, ヨーグルト	506(447) 25.4(22.6) 12.5(10.7) 3.4(3.1)
20 木	御飯, さんまのかばやき(以上児), 白身魚のかばやき(未満児), チンゲンサイのお浸し, みそ汁	米、/さんま、しょうが、酒、油、片栗粉、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお節、/かかれい、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、しめじ、しょうゆ、かつお節、/絹ごし豆腐、たまねぎ、にんじん、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	670(498) 23.7(21.8) 23.7(11.9) 2.9(2.6)
21 金	御飯, じゃが芋と大豆のうま煮, 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、/鶏もも肉、だいたい水煮缶詰、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、/ほうれんそう、たまねぎ、えのきたけ、かまぼこ、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	579(494) 25.3(21.7) 16.7(14.4) 4.0(3.4)
22 土	わかめうどん, なすのそぼろ煮	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、/豚ひき肉、なす、いんげん、しょうゆ(うすくち)、砂糖、みりん、油、かつお節、/牛乳、	牛乳	321(295) 17.4(16.0) 10.0(9.4) 1.7(1.6)
25 火	御飯, 鶏肉の竜田揚げ, キャベツの割り醤油和え, すまし汁	米、/鶏もも肉、鶏ひき肉、しょうゆ、片栗粉、油、食塩、酒、/キャベツ、りんご酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、/絹ごし豆腐、たまねぎ、カットわかめ、にんじん、みつば、しょうが、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、/牛乳、/小麦粉、ねりごま、ごま、砂糖、油、	牛乳, ごまちゃんすこう	625(534) 26.1(22.6) 23.9(20.9) 3.1(2.8)
26 水	御飯, さばの塩焼き(以上児), 鮭の塩焼き(未満児), 小松菜のおかか和え, みそ汁, パナナ	米、/さば、レモン、食塩、/さけ、レモン、食塩、/ごまつな、花かつお、しょうゆ、かつお節、/たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/バナナ、/牛乳、/プリン、	牛乳, プリン	541(415) 24.5(21.7) 16.3(9.8) 2.9(2.1)
27 木	御飯, 八宝菜, 海の雷豆腐	米、/豚肉(肩ロース)、はくさい、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、もやし、チンゲンサイ、鶏がらスープ、食塩、しょうゆ、酒、しょうが、ごま油、片栗粉、/絹ごし豆腐、しらす干し、カットわかめ、ごま油、しょうゆ(うすくち)、みりん、食塩、かつお節、魚粉、/牛乳、/ヨーグルト(無糖)、ゼラチン、水、砂糖、水、ブルーベリージャム、	牛乳, ヨーグルトゼリー	489(412) 20.5(17.6) 15.5(13.3) 3.0(2.7)
28 金	ロールパン, なすのイタリアン風, 大根の和風サラダ, なし	ロールパン、/豚肉(肩ロース)、なす、油、たまねぎ、にんじん、だいたい水煮缶詰、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)、/だいたいこん、きゅうり、コーン缶、ハム、油、酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、/なし、/牛乳、/お菓子、	牛乳, お菓子	522(442) 18.1(15.2) 21.6(18.4) 5.2(4.6)
29 土	じゃーじゃー麺, かぼちゃの甘煮	生中華めん、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、パプリカ、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、/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	419(387) 18.8(18.0) 11.2(10.5) 3.3(3.0)