

# 献立表

2019年01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。主菜(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
04 金	給食・おやつはありません			
05 土	汁ビーフン、大根と厚揚げの含め煮	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、/だいこん、厚揚げ、砂糖、しょうゆ(うすくち)、みりん、かつお節、魚粉、/牛乳、	牛乳	372(342) 17.8(16.4) 15.0(13.8) 1.8(1.7)
07 月	御飯、筑前煮、おぞう煮風おみそ汁、みかん(以上児)、みかんのシロップ漬(未満児)	米、/鶏もも肉、鶏ひき肉、だいこん、にんじん、れんこん、ごぼう、グリーンピース(冷凍)、干しいたけ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、かつお節、魚粉、/だいこん、金時人参、こいも(冷凍)、焼き豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/みかん、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	528(445) 21.6(18.5) 13.7(11.7) 3.8(3.1)
08 火	御飯、ぶりの竜田揚げ、ブロッコリーのおかか和え、たっぷり野菜と大豆のスープ	米、/ぶり、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、油、/ブロッコリー、しょうゆ、花かつお、かつお節、魚粉、/キャベツ、たまねぎ、にんじん、だいたい水煮缶詰、パセリ粉、固形ブイヨン、しょうゆ(うすくち)、食塩、/牛乳、/じゃがいも、食塩、なたね油、	牛乳、バイクドポテト	559(472) 21.8(18.6) 21.6(18.6) 4.4(4.0)
09 水	木の葉丼、炊き合わせ、りんご	米、たまねぎ、かまぼこ、干しいたけ、卵、にんじん、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、/こまつな、ごま油、しょうゆ、かつお節、かぼちゃ、砂糖、みりん、しょうゆ、食塩、魚粉、/りんご、/牛乳、/ぶどうゼリー、	牛乳、ぶどうゼリー	525(467) 17.8(15.5) 10.7(9.0) 4.0(3.6)
10 木	御飯、さばの照り焼(以上児)、鮭の照り焼(未満児)、ひじき炒め煮、みそ汁	米、/さば、しょうが、砂糖、みりん、しょうゆ、/さけ、酒、食塩、しょうゆ、みりん、砂糖、油、/ひじき、油揚げ、板こんにゃく、だいたい水煮缶詰、いんげん、コーン缶、砂糖、しょうゆ、みりん、油、かつお節、/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、/コッペパン、油、きな粉、砂糖、食塩、	牛乳、揚げぱん(きな粉)	644(513) 27.5(24.3) 24.1(16.9) 4.8(4.3)
11 金	御飯、松風焼き、粉ふき芋、すまし汁、バナナ	米、/鶏ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、卵、酒、油、しょうが、砂糖、米みそ(淡色辛みそ)、片栗粉、ごま、あおのり、/じゃがいも、食塩、/はくさい、しめじ、カットわかめ、みずな、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	534(440) 20.6(16.0) 12.5(10.6) 2.6(2.3)
12 土	スープスパゲティー、ブロッコリーサラダ	スパゲティー、ベーコン、たまねぎ、にんじん、バター、クリームコーン缶、パセリ、牛乳(調理用)、固形ブイヨン、食塩、ベジタブルソース、/ブロッコリー、ツナ油漬缶、油、りんご酢、砂糖、食塩、/牛乳、	牛乳	382(291) 15.5(12.4) 13.4(8.8) 3.7(3.2)
15 火	御飯、煮魚、ひじきのごま和え、みそ汁	米、/かれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、/にんじん、きゅうり、ひじき、ごま、しょうゆ、砂糖、ごま油、/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、/牛乳、/ドーナツ、	牛乳、ドーナツ	575(488) 24.6(21.1) 19.3(16.8) 3.7(3.3)
16 水	ロールパン、ポークビーンズ、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、だいたい水煮缶詰、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、/ゼリー、	牛乳、桃ゼリー	519(440) 20.4(17.3) 19.6(16.6) 5.3(4.6)
17 木	御飯、鮭のチャンチャン焼き、すまし汁	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、/かぶ・葉、にんじん、しいたけ、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、/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、コアブラマンジェ	463(380) 24.3(19.3) 9.2(7.6) 3.1(2.8)
18 金	御飯、ひじき入りたまごのオープン焼き、ほうれん草のお浸し、みそ汁、みかん(以上児)、みかんのシロップ漬(未満児)	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、みつば、食塩、油、/ほうれん草、しょうゆ、かつお節、魚粉、/はくさい、だいこん、なめこ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/みかん、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	504(423) 20.1(17.1) 14.2(12.1) 4.0(3.3)
19 土	チャンポン麺、さつま芋の含め煮	ゆで中華めん、豚肉(肩ロース)、キャベツ、チンゲンサイ、もやし、にんじん、かまぼこ、鶏がらスープ、食塩、しょうゆ(うすくち)、しょうが、/さつまいも、いんげん、砂糖、しょうゆ、みりん、かつお節、魚粉、/牛乳、	牛乳	309(280) 14.5(13.2) 9.3(8.7) 2.6(2.3)

# 献立表

2019年01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
21月	御飯,豆腐の卵とじ,すまし汁,りんご	米、/絹ごし豆腐、鶏もも肉、卵、たまねぎ、干しいたけ、にんじん、グリーンピース、しょうゆ、砂糖、酒、食塩、みりん、かつお節、油、片栗粉、魚粉、/だいごん、かまぼこ、みずな、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、/りんご、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	490(402) 20.7(16.1) 10.4(8.7) 3.0(2.6)
22火	御飯,白身魚のケチャップあん,ゆで野菜(ブロッコリー),野菜スープ	米、/たら、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、/かぶ、にんじん、たまねぎ、パセリ粉、しょうゆ(うすくち)、食塩、固形ブイオン、/牛乳、/さつまいも、	牛乳,焼き芋	508(428) 17.7(14.9) 9.9(8.3) 4.7(4.2)
23水	御飯,マーボー豆腐,春雨のごま酢和え,みかん(以上児), <u>みかんのシロップ漬</u> け(未満児)	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、きゅうり、コーン缶、しらす干し、カットわかめ、酢、砂糖、ごま、しょうゆ(うすくち)、/みかん、/みかん缶、/牛乳/ヨーグルト(加糖)、	牛乳,ヨーグルト	502(427) 21.0(18.2) 12.5(10.6) 2.9(2.3)
24木	御飯,魚のマヨネーズ焼き,小松菜のお浸し,さつまい汁	米、/さけ、食塩、酒、たまねぎ、マヨネーズ、あおのり、しょうゆ(うすくち)、/こまつな、えのきたけ、しょうゆ、かつお節、魚粉、/さつまいも、だいごん、油揚げ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/牛乳、/ホットケーキ粉、水、油、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、酢、砂糖、	牛乳,てりやきまん	568(482) 25.6(22.2) 16.3(14.0) 3.2(2.8)
25金	ロールパン,クリームシチュー,きのこ入り野菜サラダ,バナナ	ロールパン、/鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、クリームコーン缶、バター、脱脂粉乳、牛乳、ベシヤメルソース、固形ブイオン、食塩、/キャベツ、きゅうり、しめじ、油、りんご酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、/バナナ、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	543(458) 20.4(17.3) 19.5(16.5) 4.1(3.5)
26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) 17.0(15.6) 10.7(10.0) 2.0(1.8)
28月	カレーライス,春雨サラダ,みかん(以上児), <u>みかんのシロップ漬</u> け(未満児)	米、たまねぎ、じゃがいも、牛肉(肩ロース)、にんじん、油、カレールウ、牛乳、固形ブイオン、/はるさめ、ハム、きゅうり、コーン缶、油、りんご酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、/みかん、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	618(529) 17.1(14.4) 24.0(20.9) 3.5(2.8)
29火	御飯,鶏肉のノルウェー風,わかめスープ	米、/鶏もも肉、片栗粉、油、じゃがいも、油、にんじん、いんげん、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、食塩、/レタス、たまねぎ、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、食塩、鶏がらスープ、/牛乳、/ホットケーキ粉、卵、牛乳(調理用)、砂糖、バター、脱脂粉乳、ごま、	牛乳,ごまカップケーキ	578(492) 20.1(17.2) 16.3(14.0) 2.6(2.3)
30水	御飯,すき焼き風煮,大根ときゅうりの酢の物,りんご	米、/牛肉(肩ロース)、たまねぎ、はくさい、焼き豆腐、しゅんぎく、糸こんにゃく、ごぼう、にんじん、焼ふ、油、しょうゆ、みりん、砂糖、酒、かつお節、魚粉、/だいごん、きゅうり、しらす干し、カットわかめ、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、/りんご、/牛乳、/プリン、	牛乳,プリン	557(479) 21.1(18.5) 18.0(15.9) 3.8(3.3)
31木	御飯,白身魚の竜田揚げ,キャベツのおかか和え,みそ汁	米、/かれい、食塩、酒、しょうゆ、片栗粉、油、/キャベツ、コーン缶、花かつお、しょうゆ、かつお節、魚粉、/たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、ねぎ、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	521(441) 21.4(18.4) 11.2(9.4) 2.5(2.2)