

献立表

2019年03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

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 金	洋風ずし、ほうれん草のお浸し、すまし汁、バナナ	米、こんぶ(だし用)、酢、砂糖、食塩、ツナ油漬缶、酒、きゅうり、卵、ごま、油、／ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、かつお節、魚粉、／絹ごし豆腐、たまねぎ、かまぼこ、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、／バナナ、／カルピス、水、／あられ、	カルピス、ひなあられ	505(432) 17.2(15.1) 8.3(7.4) 3.4(2.9)
02 土	肉うどん、じゃが芋の含め煮、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、／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、魚粉、／牛乳、		354(325) 17.0(15.7) 10.6(9.9) 1.4(1.2)
04 月	御飯、さわらのあかね焼き、チンゲン菜のおかかあえ、かきたま汁、オレンジ(以上児)、 <u>みかんのシロップ漬</u> (未満児)	米、／さわら、しょうが、酒、ケチャップ、みりん、しょうゆ(うすくち)、砂糖、／チンゲンサイ、にんじん、花かつお、しょうゆ、かつお節、魚粉、／卵、たまねぎ、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、／オレンジ、／ <u>みかん缶</u> 、／牛乳、／お菓子、	牛乳、お菓子	513(433) 24.5(20.6) 11.7(9.9) 2.1(1.6)
05 火	御飯、ローストチキン、キャベツとじゃこのサラダ、たっぷり野菜と大豆のスープ	米、／鶏もも肉、鶏ひき肉、砂糖、しょうゆ、酒、ごま油、／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、／じゃがいも、にんじん、たまねぎ、だいず水煮缶詰、パセリ粉、固形ブイヨン、しょうゆ(うすくち)、食塩、／牛乳、／牛乳(調理用)、砂糖、ココア(ピュアココア)、コーンスターチ、水、パニラエッセンス、ゼラチン、水、	牛乳、ココアブラマンジェ	506(427) 25.1(21.8) 12.4(10.5) 2.7(2.4)
06 水	御飯、石狩鍋、小松菜の炒め煮、バナナ	米、／さけ、食塩、じゃがいも、焼き豆腐、だいこん、にんじん、糸こんにゃく、ねぎ、干しいたけ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、／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、／バナナ、／牛乳、／ゼリー、	牛乳、りんごゼリー	423(430) 20.2(21.2) 5.2(8.4) 4.1(3.6)
07 木	御飯、豚肉のゴマみそ炒め、ゆで野菜、すまし汁	米、／豚肉(肩ロース)、しょうが、たまねぎ、グリーンアスパラガス、ごま、ねりごま、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖、みりん、ごま油、食塩、／ブロッコリー、／ほうれんそう、にんじん、かまぼこ、焼ふ、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、砂糖、牛乳、牛乳(調理用)、黒砂糖、	牛乳、黒糖蒸しパン	584(491) 22.5(18.9) 17.2(14.8) 3.9(3.1)
08 金	ハヤシライス、春野菜サラダ、りんご	米、牛肉(肩ロース)、牛ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム缶、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、スナップえんどう、とうもろこし(ゆで)、油、りんご酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、／りんご、／牛乳、／お菓子、	牛乳、お菓子	597(524) 16.7(14.5) 18.7(16.3) 4.1(3.6)
09 土	かやくうどん、大根と厚揚げの含め煮	うどん、鶏もも肉、かまぼこ、にんじん、干しいたけ、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、／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	381(260) 24.5(16.7) 12.7(5.6) 1.4(1.0)
11 月	御飯、さばの照り焼(以上児)、 <u>白身魚の照り焼</u> (未満児)、じゃがいものごま酢和え、みそ汁、オレンジ(以上児)、 <u>みかんのシロップ漬</u>	米、／さば、しょうが、砂糖、みりん、しょうゆ、／ <u>かれい</u> 、酒、食塩、油、しょうゆ、みりん、砂糖、かつお節、／じゃがいも、きゅうり、ごま、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、食塩、／絹ごし豆腐、たまねぎ、にんじん、しめじ、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	585(458) 22.6(21.0) 19.2(11.7) 2.8(2.3)
12 火	御飯、鶏肉の卵の花炒め、すまし汁	米、／鶏もも肉、おから、にんじん、板こんにゃく、油揚げ、干しいたけ、ねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお節、魚粉、／だいこん、はくさい、かまぼこ、みずな、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、／牛乳、／牛乳(調理用)、ホットケーキ粉、酒かす、卵、黒砂糖、バター、水、ココア(ピュアココア)、	牛乳、宮つ子ケーキ	545(454) 24.3(19.3) 15.1(12.9) 4.8(4.3)
13 水	御飯、さわらのチーズホイール焼き、ほうれん草のお浸し、みそ汁、りんご	米、／さわら、食塩、酒、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、しいたけ、油、ピザ用チーズ、／ほうれんそう、しょうゆ、かつお節、魚粉、／じゃがいも、にんじん、ねぎ、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、／プリン、	牛乳、プリン	576(496) 27.6(24.4) 18.0(15.9) 4.0(3.5)
14 木	パドマカレー、ブロッコリーしらす干し和え	米、鶏もも肉、たまねぎ、れんこん、ごぼう、にんじん、油、カレールウ、かつお節、水、／ブロッコリー、しらす干し、しょうゆ、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	613(512) 19.4(16.3) 22.5(19.6) 7.0(5.2)
15 金	御飯、鮭の塩焼き、小松菜のおかか和え、みそ汁、バナナ	米、／さけ、レモン、食塩、／こまつな、花かつお、しょうゆ、かつお節、魚粉、／絹ごし豆腐、たまねぎ、にんじん、みつば、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	494(410) 23.9(20.4) 9.9(8.3) 2.7(2.3)

献立表

2019年03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	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、油、りんご酢、砂糖、食塩、／牛乳、	牛乳	369(280) 14.8(11.7) 12.2(7.8) 3.9(3.4)
18 月	御飯,煮魚,ひじき炒め煮,みそ汁	米、／かれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、／ひじき、にんじん、こんにゃく、だいず水煮缶詰、いんげん、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、／お菓子、	牛乳,お菓子	472(395) 22.7(19.4) 12.3(10.4) 3.6(3.2)
19 火	御飯,ハンバーグ,粉ふき芋,すまし汁	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、あおのり、食塩、／絹ごし豆腐、みずな、にんじん、えのきたけ、しょうゆ(うすくち)、食塩、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	630(520) 24.3(18.5) 17.4(14.4) 3.3(2.9)
20 水	御飯,鯖の照り煮(以上児),煮魚(未満児),二色和え,みそ汁,いちご	米、／さば、しょうが、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、さつま揚げ、しょうゆ、砂糖、かつお節、魚粉、／たまねぎ、だいこん、にんじん、カットわかめ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、／いちご、／牛乳、／ヨーグルト(加糖)、	牛乳,ヨーグルト	480(359) 23.5(20.2) 13.0(5.5) 2.4(2.2)
22 金	木の葉丼,切干大根の煮付け,りんご	米、たまねぎ、かまぼこ、干ししいたけ、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、／切り干しだいこん、ひじき、干ししいたけ、にんじん、いんげん、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、砂糖、酒、みりん、油、かつお節、水、／りんご、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	512(447) 18.8(16.4) 14.5(12.4) 4.7(4.1)
	卒園式の為給食はありません。			
25 月	御飯,白身魚のタンドリー風,スナッペン(以上児),キャベツの割り醤油和え(未満児),みそ汁,りんご	米、／かれい、カレー粉、食塩、ヨーグルト(無糖)、ケチャップ、砂糖、／スナッペン、食塩、／キャベツ、しょうゆ、かつお節、魚粉、／絹ごし豆腐、たまねぎ、しめじ、にんじん、油揚げ、ねぎ、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	433(424) 22.2(20.6) 9.8(11.9) 3.0(2.6)
26 火	御飯,マーボー豆腐,春雨の酢の物	米、／絹ごし豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、干ししいたけ、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、しらす干し、カットわかめ、コーン缶、砂糖、酢、しょうゆ(うすくち)、／牛乳、／さつまいも、油、水、砂糖、しょうゆ、ごま、	牛乳,大学芋	569(473) 18.4(15.7) 16.4(14.1) 3.7(3.2)
27 水	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、／はくさい、カットわかめ、にんじん、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、／牛乳、／ぶどうゼリー、	牛乳,ぶどうゼリー	465(390) 20.7(16.1) 8.7(7.2) 2.4(2.1)
28 木	御飯,ひじき入りたまごのオープン焼き,ブロッコリーの割り醤油和え,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、みつば、食塩、油、／ブロッコリー、かつお節、しょうゆ、魚粉、／絹ごし豆腐、だいこん、油揚げ、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、ヨーグルト(無糖)、砂糖、	牛乳,フルーツヨーグルト	504(425) 22.8(19.7) 15.8(13.6) 3.8(3.4)
29 金	ロールパン,クリームシチュー,グリーンサラダ,いちご	ロールパン、／鶏もも肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、パセリ粉、バター、牛乳(調理用)、ベジタブルソース、固形ブイヨン、食塩、／キャベツ、グリーンアスパラガス、きゅうり、油、りんご酢、砂糖、食塩、しょうゆ、／いちご、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	477(403) 19.2(16.3) 18.8(15.9) 3.9(3.4)
30 土	年度末保育の為給食はありません。			