献　立　表

2019年04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 月	御飯,豚肉と野菜のうま煮,ほうれん草のしらす和え,オレンジ(以上児),みかんのシロップ漬け(未満児)	米、／豚肉(肩ロース)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、糸こんにゃく、砂糖、しょうゆ、みりん、油、かつお節、魚粉、／ほうれんそう、しらす干し、しょうゆ、かつお節、魚粉、／オレンジ、／みかん缶、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	519(441) 19.8(16.7) 10.6(8.9) 3.9(3.3)
02 火	御飯,かぼちゃのそぼろ煮,小松菜の炒め煮	米、／かぼちゃ、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリンピース、しょうゆ、砂糖、片栗粉、かつお節、魚粉、／こまつな、コーン缶、しょうゆ、かつお節、魚粉、ベーコン、しょうゆ(うすくち)、みりん、油、／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	496(418) 19.4(16.7) 11.7(9.9) 3.8(3.4)
03 水	鮭ごはん,ブロッコリーのおかかあえ,豚汁,バナナ	米、こんぶ(だし用)、しょうゆ(うすくち)、さけ、食塩、ごま、さやいんげん、／ブロッコリー、花かつお、しょうゆ、かつお節、魚粉、／豚肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、油揚げ、えのきたけ、米みそ(赤色辛みそ)、かつお節、／バナナ、／牛乳、／ヨーグルト(加糖)、	牛乳,ヨーグルト	512(432) 26.0(22.5) 13.6(11.6) 3.7(3.2)
04 木	御飯,炒り豆腐,すまし汁	米、／焼き豆腐、牛ひき肉、しょうが、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、干ししいたけ、グリンピース、ごま油、しょうゆ(うすくち)、みりん、砂糖、かつお節、片栗粉、魚粉、／ほうれんそう、だいこん、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、カットわかめ、／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	591(504) 22.0(19.0) 24.3(21.3) 4.3(3.9)
05 金	御飯,煮魚,ひじき炒め煮,みそ汁,いちご	米、／かれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、／ひじき、だいず水煮缶詰、油揚げ、板こんにゃく、コーン缶、砂糖、しょうゆ、みりん、油、かつお節、／はくさい、たまねぎ、にんじん、なめこ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、／いちご、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	497(418) 23.9(20.5) 14.4(12.3) 4.0(3.6)
06 土	汁ビーフン,じゃが芋の含め煮	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、／じゃがいも、いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお節、魚粉、／牛乳、	牛乳	310(286) 13.7(12.7) 8.1(7.7) 1.7(1.6)
08 月	御飯,鮭の塩焼き,ブロッコリーのごま和え,みそ汁,りんご	米、／さけ、レモン、食塩、／ブロッコリー、ごま、しょうゆ、かつお節、魚粉、／たまねぎ、にんじん、ちくわ、ねぎ、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、／りんご、／牛乳、／ホットケーキ粉、甘茶(浸出液)、卵、牛乳(調理用)、砂糖、バター、脱脂粉乳、	牛乳,甘茶ケーキ	526(434) 25.2(21.1) 12.0(10.0) 3.8(3.4)
09 火	御飯,じゃが芋と大豆のうま煮,すまし汁	米、／鶏もも肉、だいず水煮缶詰、厚揚げ、じゃがいも、にんじん、板こんにゃく、グリンピース、油、砂糖、しょうゆ、かつお節、魚粉、／はくさい、かまぼこ、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、／お菓子、	牛乳,お菓子	556(472) 24.6(21.3) 16.6(14.3) 3.4(3.0)
10 水	御飯,豚肉のしょうが焼き,スナップえんどう(以上児),キャベツの割り醤油和え(未満児),みそ汁,オレンジ(以上児),みかんのシロップ漬け(未満児)	米、／豚肉(肩ロース)、豚ひき肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、油、／スナップえんどう、食塩、／キャベツ、しょうゆ、かつお節、魚粉、／にんじん、ほうれんそう、しめじ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、／オレンジ、／みかん缶、／牛乳、／ゼリー、	牛乳,りんごゼリー	519(442) 21.4(18.5) 15.1(13.0) 3.2(2.3)
11 木	御飯,鮭のあかね焼き,もやしと油揚げのゴマ酢和え,野菜スープ	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、／緑豆もやし、油揚げ、きゅうり、しらす干し、ごま、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、食塩、／チンゲンサイ、絹ごし豆腐、にんじん、しょうゆ(うすくち)、食塩、固形ブイヨン、／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	562(477) 24.3(21.0) 12.1(10.3) 2.6(2.3)
12 金	カレーライス,春キャベツのサラダ,バナナ	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、固形ブイヨン、／キャベツ、グリーンアスパラガス、コーン缶、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、油、花かつお、／バナナ、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	628(533) 16.9(14.3) 23.7(20.7) 3.9(3.5)
13 土	きつねうどん,大根のそぼろ煮	うどん、油揚げ、砂糖、しょうゆ、かまぼこ、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、／だいこん、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、かつお節、油、片栗粉、魚粉、／牛乳、	牛乳	342(314) 19.1(17.5) 10.4(9.7) 0.7(0.6)
15 月	御飯,鮭のチャンチャン焼き,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、／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、／だいこん、にんじん、そうめん、油揚げ、干ししいたけ、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	533(445) 23.7(18.5) 14.2(12.0) 3.0(2.5)

献　立　表

2019年04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 火	御飯,つくねの照り焼き,小松菜のごま和え,すまし汁	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、／こまつな、ごま、しょうゆ、かつお節、／たまねぎ、にんじん、しめじ、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、／牛乳、／蒸しパンミックス、ながいも、	牛乳,かるかん	539(457) 21.4(18.4) 12.4(10.5) 2.4(2.1)
17 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、だいず水煮缶詰、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、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、油、／バナナ、／牛乳、／プリン、	牛乳,プリン	568(489) 23.3(20.3) 21.6(18.7) 5.3(4.6)
18 木	御飯,鮭のたつた揚げ,キャベツの割り醤油和え,みそ汁	米、／さけ、食塩、酒、しょうゆ、片栗粉、油、／キャベツ、しょうゆ、かつお節、魚粉、／かぼちゃ、たまねぎ、えのきたけ、カットわかめ、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	498(419) 22.3(19.2) 12.6(10.7) 3.0(2.7)
19 金	御飯,たまごのオーブン焼き,ブロッコリーの割り醤油和え,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、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、／ブロッコリー、にんじん、かつお節、しょうゆ、／絹ごし豆腐、だいこん、しめじ、みずな、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	423(423) 20.6(18.7) 12.4(14.2) 3.4(3.1)
20 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)
22 月	御飯,さわらのホイル焼き,チンゲン菜のお浸し,みそ汁,オレンジ(以上児),みかんのシロップ漬け(未満児)	米、／さわら、食塩、酒、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、油、みりん、しょうゆ、／チンゲンサイ、しょうゆ、かつお節、魚粉、／絹ごし豆腐、じゃがいも、油揚げ、カットわかめ、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	528(448) 23.8(20.3) 17.1(14.7) 3.0(2.4)
23 火	御飯,ローストチキン,グリーンアスパラのおかかあえ,わかめスープ	米、／鶏もも肉、鶏ひき肉、砂糖、しょうゆ、酒、ごま油、／グリーンアスパラガス、キャベツ、にんじん、花かつお、しょうゆ、かつお節、魚粉、／カットわかめ、レタス、たまねぎ、にんじん、しょうゆ(うすくち)、食塩、固形ブイヨン、／牛乳、／さつまいも、バター、りんご、砂糖、食塩、水、	牛乳,さつま芋とりんごの甘煮	495(422) 21.7(19.9) 11.5(9.7) 2.9(2.5)
24 水	他人丼,炊き合わせ,バナナ	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、／こまつな、ごま油、しょうゆ、かつお節、魚粉、かぼちゃ、砂糖、みりん、しょうゆ、食塩、かつお節、魚粉、／バナナ、／牛乳、／ゼリー、	牛乳,桃ゼリー	560(474) 22.3(19.3) 17.0(14.6) 3.4(3.0)
25 木	御飯,鯖の照り煮(以上児),煮魚(未満児),ほうれん草のお浸し,みそ汁	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、／ほうれんそう、しょうゆ、かつお節、花かつお、／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、／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	584(449) 26.6(22.6) 19.2(11.1) 2.5(2.2)
26 金	ロールパン,ハヤシシチュー,ツナサラダ,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)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ハヤシルウ、トマトピューレ、ウスターソース、食塩、固形ブイヨン、油、／キャベツ、きゅうり、ツナ油漬缶、コーン缶、食塩、りんご酢、砂糖、油、／オレンジ、／みかん缶、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	563(482) 18.0(14.8) 26.8(23.1) 4.5(3.8)
27 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、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	293(247) 11.5(10.0) 9.2(8.6) 2.5(2.1)