

献立表

2019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。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 木	御飯,煮魚,ほうれん草のごま和え,すまし汁	米、/かたい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、/ほうれんそう、しめじ、ごま、しょうゆ、かつお節、魚粉、/絹ごし豆腐、たまねぎ、カットわかめ、にんじん、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつお節、魚粉、/牛乳、/ドーナツ、	牛乳,ドーナツ	516(417) 23.7(17.8) 15.4(12.6) 2.8(2.5)
02 金	ロールパン,なすのイタリアン風,ツナサラダ,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、だいた水煮缶詰、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、ツナ水煮缶、コーン缶、油、りんご酢、砂糖、食塩、/すいか、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	513(435) 18.5(15.6) 20.6(17.5) 5.0(4.4)
03 土	かやくうどん,じゃが芋の含め煮	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、/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	318(292) 20.4(18.7) 5.9(5.7) 1.3(1.2)
05 月	御飯,鮭のチーズホイール焼き,えだまめ(以上児),きゅうりの割り醤油和え(未満児),みそ汁,オレンジ(以上児),みかんのシロップ漬け	米、/さけ、食塩、酒、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、しいたけ、油、とろけるチーズ、/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、だいこん、油揚げ、ねぎ、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	578(474) 29.5(24.1) 17.9(14.3) 3.7(2.4)
06 火	御飯,フーチャンプルー,すまし汁	米、/卵、キャベツ、豚肉(肩ロース)、にんじん、ピーマン、焼ふ、花かつお、油、しょうゆ、砂糖、酒、/とうがん、にんじん、カットわかめ、みつば、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	501(415) 23.0(18.1) 14.7(12.5) 2.1(1.9)
07 水	御飯,牛肉のナムル,みそ汁,バナナ	米、/牛肉(肩ロース)、しょうゆ、ウスターソース、砂糖、みりん、酒、油、にんじん、ほうれんそう、もやし、しょうゆ、砂糖、かつお節、鶏がらスープ、/じゃがいも、たまねぎ、ねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/バナナ、/牛乳、/ゼリー、	牛乳,りんごゼリー	560(476) 20.6(17.8) 17.7(15.3) 3.1(2.7)
08 木	御飯,夏野菜のかき揚げ,小松菜のおかか和え,すまし汁	米、/かぼちゃ、ピーマン、たまねぎ、納豆、ちくわ、小麦粉、卵、食塩、油、/こまつな、花かつお、しょうゆ、かつお節、魚粉、/絹ごし豆腐、にんじん、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、/とうもろこし、食塩、/さつまいも、砂糖、水、	牛乳,ゆでとうもろこし(以上児),きんとん(未満児)	427(400) 17.4(13.8) 10.2(7.8) 4.0(3.3)
09 金	御飯,白身魚のタンドライー風,じゃがいものごま酢和え,みそ汁,すいか	米、/かたい、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、きゅうり、ごま、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、食塩、/だいこん、にんじん、なめこ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/すいか、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	510(429) 22.2(19.0) 9.7(8.1) 2.9(2.6)
10 土	スパゲティナポリタン,レタスのスープ	スパゲティ、ベーコン、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、ケチャップ、食塩、ウスターソース、粉チーズ、砂糖、/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	347(296) 12.1(10.5) 13.7(12.6) 2.6(2.2)
13 火	<p>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。</p>			
14 水				
15 木				
16 金	夏野菜カレー,トマトサラダ,ぶどう(種無し)(以上児),バナナ(未満児)	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、カレーパウダー、牛乳(調理用)、脱脂粉乳、固形ブイヨン、/トマト、キャベツ、コーン缶、油、りんご酢、砂糖、食塩、/ぶどう、/バナナ、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	596(521) 16.1(14.0) 19.1(16.6) 3.8(3.7)

献立表

2019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 土	じゃーじゃー麵,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、グリーンピース、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお節、魚粉、/牛乳、	牛乳	420(388) 19.0(18.1) 11.2(10.5) 3.5(3.1)
19 月	御飯,鮭の照り焼き,チンゲン菜のごま和え,すまし汁,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、しょうゆ、みりん、酒、油、砂糖、食塩、/チンゲンサイ、しめじ、ごま、しょうゆ、かつお節、魚粉、/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、かつお節、魚粉、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	477(401) 22.5(18.9) 10.3(8.6) 2.6(2.1)
20 火	御飯,鶏肉の竜田揚げ,キャベツのおかか和え,みそ汁	米、/鶏もも肉、鶏ひき肉、しょうゆ、片栗粉、油、食塩、酒、/キャベツ、しょうゆ、かつお節、花かつお、/じゃがいも、にんじん、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、/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	671(575) 31.1(27.2) 19.5(16.9) 3.2(2.9)
21 水	他人丼,キャベツとじゃこのサラダ, <u>バナナ</u>	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、/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、/ぶどうゼリー、	牛乳,ぶどうゼリー	588(504) 20.7(17.7) 17.1(14.8) 2.4(2.0)
22 木	御飯,鯖のあかね焼き(以上児), <u>白身魚のあかね焼き(未満児)</u> ,ひじき炒め煮,たっぷり野菜と大豆のスープ	米、/さば、しょうが、酒、ケチャップ、みりん、しょうゆ(うすくち)、砂糖、/かれない、しょうが、酒、ケチャップ、みりん、しょうゆ(うすくち)、砂糖、/ひじき、ベーコン、コーン缶、いんげん、砂糖、しょうゆ、みりん、油、かつお節、/にんじん、キャベツ、だいたい水餃子、カットわかめ、パセリ粉、固形ブイヨン、しょうゆ(うすくち)、食塩、/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	615(469) 20.6(17.1) 25.5(16.7) 4.7(4.2)
23 金	御飯,マーボー豆腐,夏野菜サラダ,ぶどう(種無し)(以上児), <u>バナナ(未満児)</u>	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、/オクラ、トマト、きゅうり、油、りんご酢、砂糖、食塩、/ぶどう、/バナナ、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	541(471) 18.1(15.8) 16.7(14.5) 2.7(2.7)
24 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、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、/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	337(310) 18.2(16.7) 9.0(8.5) 1.1(1.0)
26 月	御飯,鮭の塩焼き,ひじきのごま和え,かき玉汁,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、/だいこん、きゅうり、ひじき、ごま、しょうゆ、砂糖、ごま油、/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、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	436(433) 23.5(21.1) 11.4(13.2) 3.1(2.8)
27 火	にんじん御飯,小松菜の炒め煮,飛鳥汁	米、にんじん、油、こんぶ(だし用)、しらす干し、さやいんげん、食塩、酒、しょうゆ(うすくち)、かつお節、/こまつな、油揚げ、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、/鶏もも肉、はくさい、たまねぎ、ねぎ、しめじ、ごぼう、米みそ(淡色辛みそ)、鶏がらスープ、牛乳(調理用)、/牛乳、/小麦粉、黒砂糖、油、	牛乳,黒糖ちんすこう	663(568) 23.7(20.5) 24.7(21.6) 3.5(3.1)
28 水	ロールパン,ポークビーonz, <u>ひじきのサラダ,オレンジ(以上児),みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	ロールパン、/豚肉(肩ロース)、豚ひき肉、ベーコン、だいたい水餃子、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)、/ひじき、ツナ油漬缶、キャベツ、コーン缶、砂糖、しょうゆ、油、りんご酢、食塩、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳125ml、/牛乳、/プリン、	牛乳,プリン	566(493) 23.5(20.2) 23.7(20.6) 5.7(4.8)
29 木	御飯,白身魚のかばやき,オクラのごま和え,すまし汁	米、/かれない、食塩、酒、油、片栗粉、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお節、/オクラ、きゅうり、ごま、しょうゆ、かつお節、魚粉、/ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、焼ふ、しょうゆ(うすくち)、食塩、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	491(405) 22.1(17.4) 12.7(10.7) 2.6(2.3)
30 金	御飯,たまごのオープン焼き,チンゲンサイのお浸し,みそ汁,ぶどう(種無し)(以上児), <u>バナナ(未満児)</u>	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、/チンゲンサイ、しょうゆ、かつお節、/じゃがいも、油揚げ、しめじ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/ぶどう、/バナナ、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	453(462) 19.6(18.4) 14.1(15.8) 2.2(2.5)
31 土	焼きそば,すまし汁	焼きそばめん、豚肉(肩ロース)、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、ねぎ、油、食塩、お好みソース、あおのり、花かつお、/とうがん、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、	牛乳	335(299) 15.5(13.7) 11.1(9.5) 3.1(2.9)