

献立表

2021年07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
エネルギー等の表示について
食材の変更について

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。
()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。
大豆・コーン・グリーンピース・いんげんは、窒息の恐れがある為、未満児には使用しておりません。

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,白身魚のあかね焼き,キャベツとじゃこのサラダ,コーンスープ	米、/かれい、しょうが、酒、ケチャップ、みりん、しょうゆ(うすくち)、砂糖、/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、/クリームコーン缶、たまねぎ、バター、ベシヤメルソース、牛乳(調理用)、固形ブイオン、食塩、パセリ、水、/牛乳、/コッペパン、牛ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、小麦粉、ケチャップ、カレー粉、食塩、水、パセリ、/サンドイッチパン、いちごジャム、	牛乳,カレーミートサンド(以上児), <u>いちごジャムサンド(未満児)</u>	538(672) 26.3(30.0) 12.3(16.2) 2.8(4.2)
02 金	親子丼,ひじき炒め煮,バナナ	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、/バナナ、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	558(563) 23.9(24.8) 15.9(18.1) 3.6(3.2)
03 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、かつおだし汁、魚粉、/じゃがいも、鶏ひき肉、にんじん、グリーンピース(冷凍)、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	305(275) 16.0(14.4) 8.4(7.5) 4.2(3.7)
05 月	御飯,ツナ大豆炒め,レタスのスープ,オレンジ, <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	米、/ツナ油漬缶、だいたい水煮缶詰、にんじん、油揚げ、糸こんにゃく、さやいんげん、しょうゆ、酒、砂糖、しょうが、油、かつおだし汁、魚粉、/レタス、絹ごし豆腐、えのきたけ、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、食塩、固形ブイオン、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	412(519) 17.2(20.3) 14.2(20.2) 3.7(3.7)
06 火	ロールパン,クリームシチュー,ツナサラダ	ロールパン、/鶏もも肉、たまねぎ、じゃがいも、クリームコーン缶、コーン缶、パセリ粉、バター、牛乳(調理用)、ベシヤメルソース、固形ブイオン、食塩、/きゅうり、ツナ水煮缶、切り干しだいこん、カットわかめ、ごま、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、食塩、ごま油、/牛乳、/みかん缶、もも缶、パイン缶、もも液汁缶、水、砂糖、かんでん、水、	牛乳,フルーツかん	437(455) 18.9(20.3) 14.0(16.4) 6.8(6.1)
07 水	御飯,鮭の照り焼き,小松菜のごま和え,キラキラおすまし,すいか	米、/さけ、しょうゆ、みりん、酒、油、砂糖、食塩、/こまつな、しめじ、ごま、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、/オクラ、そうめん、にんじん、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつおだし汁、/すいか、/牛乳、/プリン、	牛乳,プリン	465(480) 22.8(23.8) 11.7(14.4) 2.0(1.8)
08 木	御飯,鶏肉の竜田揚げ,えだまめ(以上児), <u>キャベツの割り醤油和え(未満児)</u> ,みそ汁	米、/鶏もも肉、鶏ひき肉、しょうゆ、片栗粉、油、食塩、酒、/えだまめ、食塩、/キャベツ、しょうゆ、かつお節、魚粉、/じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油揚げ、ねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、/どうもろこし、食塩、/かぼちゃ、砂糖、水、	牛乳,ゆでどうもろこし(以上児), <u>かぼちゃのきんとん(未満児)</u>	518(611) 25.8(29.0) 17.9(20.2) 6.1(8.5)
09 金	御飯,さわらのホイル焼き,オクラのごま和え,レタスのスープ,ぶどう(種無し)(以上児), <u>バナナ(未満児)</u>	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、/オクラ、きゅうり、ごま、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、/レタス、はるさめ、ウインナー、ねぎ、しょうゆ(うすくち)、食塩、固形ブイオン、片栗粉、/ぶどう、/バナナ、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	487(537) 19.3(21.1) 12.2(14.9) 2.6(2.8)
10 土	焼きビーフン,すまし汁	ビーフン、豚肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ねぎ、ごま油、鶏がらスープ、しょうゆ、食塩、みりん、/絹ごし豆腐、しめじ、みつば、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつおだし汁、/牛乳、	牛乳	303(272) 12.9(11.6) 12.2(10.9) 1.8(1.6)
12 月	鮭ご飯,なたね和え,みそ汁,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	米、昆布だし汁、しょうゆ(うすくち)、さけ、食塩、酒、ごま、さやいんげん、/ほうれんそう、しょうゆ、かつお節、卵、砂糖、食塩、かつお節、/絹ごし豆腐、なす、たまねぎ、油揚げ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、魚粉、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	468(501) 21.4(22.7) 11.0(13.7) 2.9(2.7)
13 火	御飯,鯖の味噌煮(以上児), <u>白身魚のみそ煮(未満児)</u> ,だいこんの含め煮,すまし汁	米、/さば、しょうが、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖、みりん、しょうゆ、/かれい、しょうが、米みそ(淡色辛みそ)、みりん、しょうゆ、/だいこん、グリーンピース、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお節、/焼ふ、にんじん、たまねぎ、カットわかめ、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、/ドーナツ、油、粉糖、	牛乳,ドーナツ	608(646) 22.9(31.2) 25.6(27.4) 2.6(2.5)
14 水	ロールパン,マカロニのミートソース,じゃがいものごま酢和え,バナナ	ロールパン、/マカロニ、牛ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、ホールトマト缶詰、トマトペースト、ケチャップ、ウスターソース、油、砂糖、酒、食塩、/じゃがいも、きゅうり、ごま、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、食塩、/バナナ、/牛乳、/ヨーグルト(加糖)、	牛乳,ヨーグルト	524(532) 20.6(21.8) 17.2(19.3) 7.4(6.7)
15 木	御飯,煮魚,小松菜のおかか和え,みそ汁	米、/かれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、/こまつな、にんじん、花かつお、しょうゆ、かつおだし汁、/さつまいも、たまねぎ、油揚げ、ねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、魚粉、/牛乳125ml、/牛乳、/ホットケーキ粉、卵、牛乳(調理用)、砂糖、ココア(ピュアココア)、油、粉糖、	牛乳,ココアケーキ	508(518) 22.7(23.7) 10.4(13.2) 3.2(2.9)

献立表

2021年07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 金	牛丼,ひじきのサラダ,ぶどう(種無し)(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	米、牛肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが、油、しょうゆ、砂糖、酒、かつお節、片栗粉、魚粉、/ひじき、ツナ油漬缶、にんじん、キャベツ、油、酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、/ぶどう、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	593(613) 19.1(20.6) 23.4(24.9) 3.1(2.9)
17 土	和風スパゲティー,豆腐スープ	スパゲティー、にんじん、たまねぎ、鶏ひき肉、しめじ、ねぎ、しょうゆ(うすくち)、みりん、油、/はくさい、絹ごし豆腐、えのきたけ、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、固形ブイオン、食塩、/牛乳、	牛乳	289(260) 15.3(13.8) 9.1(8.2) 3.9(3.5)
19 月	人参ひじき御飯,小松菜の炒め煮,わかめスープ,すいか	米、にんじん、しらす干し、ひじき、油、さやいんげん、食塩、酒、しょうゆ(うすくち)、かつおだし汁、魚粉、/こまつな、油、厚揚げ、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし汁、/絹ごし豆腐、たまねぎ、カットわかめ、にんじん、ねぎ、しょうが、しょうゆ(うすくち)、食塩、鶏がらスープ、片栗粉、/すいか、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	500(511) 17.1(18.7) 17.7(19.7) 2.7(2.4)
20 火	御飯,鶏肉の甘辛炒め,かき玉汁	米、/鶏もも肉、鶏ひき肉、にんじん、しょうが、酒、しょうゆ、板こんにゃく、いんげん、油、酒、砂糖、しょうゆ、/絹ごし豆腐、えのきたけ、卵、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、片栗粉、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、/ぶどう濃縮果汁、水、ゼラチン、水、砂糖、	牛乳,ブドウゼリー	417(436) 20.6(21.8) 10.6(13.3) 1.6(1.4)
21 水	パドマカレー,粉ふき芋,バナナ	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、/じゃがいも、にんじん、あおのり、食塩、/バナナ、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	567(571) 17.1(18.7) 14.1(16.5) 9.0(8.1)
24 土	かやくうどん,かぼちゃの甘煮	うどん、鶏もも肉、にんじん、カットわかめ、ねぎ、干しいたけ、食塩、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし汁、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	294(264) 18.7(16.8) 5.8(5.2) 2.3(2.0)
26 月	御飯,煮魚,にんじんと大根のしりしり,みそ汁,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	米、/かかれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、/にんじん、だいこん、ツナ油漬缶、ごま、ごま油、しょうゆ、砂糖、かつお節、魚粉、/ほろれんそう、たまねぎ、油揚げ、えのきたけ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、魚粉、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	474(506) 22.4(23.6) 14.1(16.5) 2.7(2.6)
27 火	御飯,ハンバーグ,えだまめ(以上児), <u>きゅうりのおかか</u> <u>和え(未満児)</u> ,だいこんスープ	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、/えだまめ、食塩、/きゅうり、花かつお、しょうゆ、かつお節、/だいこん、絹ごし豆腐、にんじん、えのきたけ、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、固形ブイオン、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	607(629) 21.6(27.3) 27.4(28.6) 4.5(4.3)
28 水	御飯,鮭の塩焼き,野菜サラダ,みそ汁,ぶどう(種無し)(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、/きゅうり、キャベツ、コーン缶、油、酢、砂糖、食塩、/かぼちゃ、だいこん、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、魚粉、/ぶどう、/みかん缶、/牛乳、/ゼリー、	牛乳,桃ゼリー	424(462) 20.2(21.6) 9.1(12.0) 3.0(2.8)
29 木	御飯,肉じゃが風煮,三色和え	米、/牛肉(肩ロース)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、糸こんにゃく、砂糖、しょうゆ、みりん、油、かつお節、魚粉、/こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁、/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	487(499) 17.0(18.6) 13.9(16.3) 6.9(6.2)
30 金	御飯,あじのソース煮,春雨のごま酢和え,すまし汁,すいか	米、/あじ、しょうが、ウスターソース、砂糖、しょうゆ、酒、/はるさめ、しらす干し、きゅうり、カットわかめ、コーン缶、酢、砂糖、ごま、しょうゆ、/だいこん、にんじん、しめじ、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつおだし汁、魚粉、/すいか、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	393(483) 18.3(21.0) 7.9(14.6) 1.9(2.0)
31 土	肉うどん,じゃが芋の含め煮	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、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、	牛乳	330(297) 16.2(14.6) 10.6(9.5) 4.4(3.9)