

献立表

2021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
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
02月	御飯,白身魚の照り焼き,小松菜のお浸し,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、酒、食塩、しょうゆ、みりん、砂糖、/こまつな、しめじ、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、/なす、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、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	445(366) 21.0(17.6) 7.7(6.3) 3.1(2.6)
03火	カレーライス,キャベツとじゃこのサラダ	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、/キャベツ、きゅうり、しらす干し、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、ごま油、/牛乳、/ホットケーキ粉、カルピス、水、	牛乳,カルピスのカップケーキ	613(518) 18.0(15.4) 20.8(18.1) 6.1(5.5)
04水	御飯,ひじき入り炒り豆腐,すまし汁,バナナ	米、/木綿豆腐、牛ひき肉、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、ひじき、グリーンピース、ごま油、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、みりん、砂糖、かつお節、片栗粉、魚粉、/そうめん、オクラ、えのきたけ、焼ふ、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつおだし汁、魚粉、/バナナ、/牛乳、/りんご濃縮果汁、水、ゼラチン、水、砂糖、	牛乳,りんごゼリー	479(392) 19.1(16.3) 11.7(9.9) 3.2(2.8)
05木	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、 <u>花かつお</u> 、 <u>しょうゆ</u> 、 <u>かつお節</u> 、/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)
06金	御飯,白身魚の塩焼き,ほうれん草のごま和え,みそ汁,すいか	米、/かかれい、レモン、食塩、/ほうれんそう、しめじ、ごま、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、/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)、かつおだし汁、魚粉、/すいか、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	466(386) 21.9(18.9) 10.8(9.1) 3.4(3.0)
07土	ミートスパゲティ,野菜スープ	スパゲティ、牛ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、トマトピューレ、ケチャップ、食塩、油、粉チーズ、/じゃがいも、 <u>だいず水煮缶詰</u> 、キャベツ、パセリ粉、固形ブイオン、しょうゆ(うすくち)、食塩、/牛乳、	牛乳	330(283) 15.6(13.6) 11.8(10.9) 6.3(5.4)
10火	御飯,煮魚,切り干し大根の煮つけ,みそ汁	米、/かかれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、/切り干しだいこん、にんじん、干しいたけ、さやいんげん、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、砂糖、酒、みりん、油、かつおだし汁、魚粉、/かぼちゃ、たまねぎ、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、/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	490(502) 22.0(23.1) 9.9(12.7) 4.0(3.6)
11水	他人丼,ひじきのごま和え,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、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、/だいこん、きゅうり、ひじき、ごま、しょうゆ、砂糖、ごま油、/ぶどう、/みかん缶、/牛乳、/プリン、	牛乳,プリン	580(495) 23.9(21.0) 21.9(19.4) 3.0(2.7)
12木	<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>			
13金				
14土				
16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、 <u>だいず水煮缶詰</u> 、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)
17火	御飯,鶏肉の竜田揚げ,ブロッコリーの割り醤油和え,すまし汁	米、/鶏もも肉、鶏ひき肉、しょうゆ、片栗粉、油、食塩、酒、/ブロッコリー、かつおだし汁、しょうゆ、/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、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、/もも缶、みかん缶、 <u>パイン缶</u> 、 <u>みかん缶(液汁)</u> 、カルピス、	牛乳,カルピスフルーツボンチ	500(449) 22.9(23.6) 15.3(17.5) 3.0(2.3)

献立表

2021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
18 水	御飯,白身魚のタンドリー風,小松菜のお浸し,大根スープ,ぶどう(種無し)(以上児),バナナ(未満児)	米、/かかれい、カレー粉、食塩、ヨーグルト(無糖)、ケチャップ、砂糖、/こまつな、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、/だいこん、たまねぎ、にんじん、はるさめ、ねぎ、しょうゆ(うすくち)、鶏がらスープ、食塩、片栗粉、/ぶどう、/バナナ、/牛乳、/ゼリー、	牛乳,桃ゼリー	396(341) 18.3(15.8) 6.7(5.4) 2.2(2.2)
19 木	御飯,厚揚げの酢豚風,みそ汁	米、/豚肉(ロース)、厚揚げ、にんじん、たまねぎ、しいたけ、キャベツ、ピーマン、ごま油、鶏がらスープ、酢、砂糖、しょうゆ、食塩、ケチャップ、ウスターソース、片栗粉、/じゃがいも、だいこん、ほうれんそう、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、バター、卵、ココア(ピュアココア)、	牛乳,マープルケーキ	608(514) 22.2(19.1) 23.1(20.1) 5.3(4.8)
20 金	鮭ごはん,小松菜の炒め煮,飛鳥汁,すいか	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、/こまつな、しめじ、しょうゆ、かつお節、魚粉、コーン缶、しょうゆ(うすくち)、みりん、油、/鶏もも肉、さつまいも、たまねぎ、にんじん、しめじ、しょうゆ(うすくち)、砂糖、鶏がらスープ、食塩、牛乳(調理用)、/すいか、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	507(423) 21.9(18.9) 12.9(11.0) 3.0(2.7)
21 土	じゃーじゃー麺,じゃが芋の含め煮	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、かつおだし汁、片栗粉、魚粉、/じゃがいも、いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、かつおだし汁、/牛乳、	牛乳	361(331) 16.7(15.4) 11.0(10.3) 7.5(6.8)
23 月	ハヤシライス,トマトサラダ,オレンジ(以上児),みかんのシロップ漬け(未満児)	米、牛肉(肩ロース)、牛ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しめじ、グリーンピース(冷凍)、マッシュルーム缶、ハヤシルウ、ワイン(赤)、トマトピューレ、食塩、固形ブイヨン、/トマト、キャベツ、きゅうり、油、酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	565(492) 17.1(14.5) 19.1(16.6) 6.1(5.2)
24 火	御飯,マーボーなす,もやしと油揚げのゴマ酢和え	米、/なす、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、ごま油、/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、/牛乳、/みかん濃縮果汁、水、ゼラチン、水、砂糖、みかん缶、	牛乳,オレンジゼリー	514(420) 18.9(15.6) 18.2(15.0) 3.1(2.8)
25 水	御飯,肉じゃが風煮,三色和え,バナナ	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、/バナナ、/牛乳、/ヨーグルト(加糖)、	牛乳,ヨーグルト	508(518) 19.1(20.7) 13.2(15.7) 6.9(6.2)
26 木	御飯,アジの竜田揚げ,みそ汁,えだまめ(以上児),キャベツの割り醤油和え(未満児)	米、/あじ、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、油、/じゃがいも、えのきたけ、たまねぎ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、魚粉、/えだまめ、食塩、/キャベツ、しょうゆ、かつお節、魚粉、/牛乳、/とうもろこし、食塩、/ホットケーキ粉、卵、牛乳(調理用)、いちごジャム、油、	牛乳,ゆでとうもろこし(以上児),ホットケーキ(未満児)	472(462) 22.6(20.0) 14.8(13.5) 5.3(3.4)
27 金	ひじきと鶏のそぼろ丼,炊き合わせ,オレンジ(以上児),バナナ(未満児)	米、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、ひじき、さやいんげん、油、砂糖、みりん、しょうゆ、食塩、かつおだし汁、片栗粉、/こまつな、ごま油、しょうゆ、かつお節、じゃがいも、砂糖、みりん、しょうゆ、食塩、/オレンジ、/バナナ、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	487(423) 17.8(15.2) 11.2(9.5) 5.5(5.0)
28 土	肉うどん,かぼちゃの甘煮	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、/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	336(308) 17.0(15.6) 10.7(10.0) 1.9(1.8)
30 月	御飯,鮭の照り焼き,ブロッコリーのお浸し,みそ汁,ぶどう(種無し)(以上児),みかんのシロップ漬け(未満児)	米、/さけ、しょうゆ、みりん、酒、油、砂糖、食塩、/ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、/じゃがいも、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、/ぶどう、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	411(497) 21.9(24.4) 9.3(15.8) 5.7(5.4)
31 火	御飯,鯖の味噌煮(以上児),白身魚のみそ煮(未満児),ほうれん草のごま和え,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、/かかれい、しょうが、米みそ(淡色辛みそ)、みりん、しょうゆ、/ほうれんそう、しめじ、ごま、しょうゆ、かつおだし汁、/だいこん、たまねぎ、にんじん、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、/クリームチーズ、砂糖、小麦粉、卵、生クリーム、レモン果汁、/ホットケーキ粉、卵、牛乳(調理用)、砂糖、バター、脱脂粉乳、	牛乳,チーズケーキ(以上児),カップケーキ(未満児)	546(593) 22.0(31.4) 26.3(19.9) 2.5(2.8)