

# 献立表

2022年05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 (◎は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
02月	ロールパン、カレーシチュー、グリーンサラダ、りんご	ロールパン、/牛肉(肩ロース)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、油、カレールウ、牛乳(調理用)、/キャベツ、グリーンアスパラガス、ツナ油漬缶、コーン缶、油、酢、砂糖、食塩、/りんご、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	579(483) 18.1(15.2) 27.6(23.7) 7.1(6.1)
06金	御飯、白身魚の塩焼き、ひじきのサラダ、みそ汁、オレンジ(以上児)、みかんのシロップ漬け(未満児)	米、/かかれい、レモン、食塩、/ひじき、ツナ油漬缶、にんじん、コーン缶、油、酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、/じゃがいも、たまねぎ、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	487(421) 20.3(17.5) 12.7(10.8) 4.9(4.2)
07土	スパゲティナポリタン、レタスのスープ	スパゲティ、ウインナー、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、絹ごし豆腐、えのきたけ、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、固形ブイヨン、食塩、/牛乳、	牛乳	322(296) 13.4(12.4) 12.9(11.9) 3.9(3.5)
09月	ロールパン、クリームシチュー、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、/鶏もも肉、鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、クリームコーン缶、パセリ、バター、牛乳、ベシヤメルソース、固形ブイヨン、食塩、/キャベツ、きゅうり、ツナ水煮缶、コーン缶、油、酢、砂糖、食塩、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	490(429) 20.1(16.9) 19.4(17.6) 7.3(6.2)
10火	御飯、鶏肉の竜田揚げ、キャベツの甘酢和え、わかめスープ	米、/鶏もも肉、鶏ひき肉、しょうゆ、片栗粉、油、食塩、酒、/キャベツ、にんじん、酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、/カットわかめ、たまねぎ、チンゲンサイ、えのきたけ、ねぎ、鶏がらスープ、しょうゆ(うすくち)、ごま油、片栗粉、/牛乳、/ドーナツ、油、粉糖、	牛乳、ドーナツ	622(491) 22.9(19.4) 26.6(21.2) 2.5(2.0)
11水	牛丼、大根サラダ、バナナ	米、牛肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒、かつお節、片栗粉、油、/だいこん、キャベツ、コーン缶、きゅうり、油、酢、砂糖、食塩、/バナナ、/牛乳、/ゼリー、	牛乳、桃ゼリー、	549(438) 17.1(14.1) 17.5(15.0) 3.0(2.4)
12木	御飯、煮魚、小松菜のごま和え、みそ汁	米、/かかれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、/こまつな、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、/牛乳、/小麦粉、ベーキングパウダー、ココア(ビュアココア)、卵、牛乳、砂糖、生クリーム、バター、	牛乳、マーブルケーキ	560(484) 24.3(21.2) 17.3(14.7) 3.1(2.7)
13金	御飯、マーボー豆腐、ほうれん草のおかか和え、オレンジ(以上児)、みかんのシロップ漬け(未満児)	米、/絹ごし豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ねぎ、干しいたけ、油、しょうが、赤みそ、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉、酒、かつおだし汁、/ほうれん草、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁、花かつお、魚粉、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	503(436) 19.6(16.8) 14.4(12.3) 4.2(3.6)
14土	かやくうどん、さつま芋の含め煮	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(うすくち)、しょうゆ、みりん、かつおだし汁、魚粉、/さつまいも、いんげん、砂糖、しょうゆ、みりん、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、	牛乳	312(287) 17.1(15.7) 5.7(5.5) 2.1(1.8)
16月	ロールパン、鶏肉のノルウェー風、野菜スープ、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、/鶏もも肉、片栗粉、油、じゃがいも、油、にんじん、グリーンピース(冷凍)、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、食塩、/だいこん、たまねぎ、しめじ、パセリ粉、しょうゆ(うすくち)、固形ブイヨン、食塩、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	513(428) 20.5(17.0) 20.7(17.6) 6.2(5.1)
17火	御飯、白身魚の竜田揚げ、マカロニサラダ、みそ汁	米、/かかれい、食塩、酒、しょうゆ、片栗粉、油、/マカロニ、きゅうり、にんじん、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、/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	572(498) 21.9(19.2) 14.0(12.0) 4.6(4.1)
18水	パドマカレー、春野菜サラダ、バナナ	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、れんこん、ごぼう、油、カレールウ、かつお節、水、/キャベツ、きゅうり、コーン缶、油、酢、砂糖、しょうゆ、食塩、/バナナ、/牛乳、/ヨーグルト(加糖)、	牛乳、ヨーグルト	522(449) 18.1(15.9) 13.8(11.8) 4.9(4.2)
19木	御飯、ローストチキン、野菜サラダ、たっぷり野菜と大豆のスープ、りんご	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、にんじん、油、酢、砂糖、食塩、しょうゆ、/じゃがいも、にんじん、たまねぎ、だいたい水煮缶詰、固形ブイヨン、しょうゆ(うすくち)、食塩、パセリ粉、/りんご、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	520(462) 23.2(19.7) 12.5(12.5) 5.4(4.1)

# 献立表

2022年05月

パドマ・ナーサリースクール

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
20 金	御飯,牛肉入りナムル,すまし汁	米、/牛肉(肩ロース)、しょうゆ、鶏がらスープ、ウスターソース、砂糖、みりん、酒、ごま油、にんじん、ほうれんそう、もやし、ごま、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁、/焼ふ、絹ごし豆腐、たまねぎ、えのきたけ、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、/スポンジケーキ、生クリーム、チョコスプレー、いちご、みかん缶、	牛乳,お楽しみケーキ	542(471) 19.9(17.4) 27.5(24.2) 2.6(2.3)
21 土	焼きそば,野菜のスープ	焼きそばめん、豚肉(肩ロース)、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ、油、食塩、お好みソース、花かつお、あおのり、/じゃがいも、だいこん、えのきたけ、カットわかめ、固形ブイヨン、しょうゆ、食塩、/牛乳、	牛乳	326(299) 14.8(13.7) 13.0(12.1) 6.2(5.6)
23 月	ロールパン,ハヤシシチュー,野菜サラダ,りんご	ロールパン、/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(冷凍)、油、ハヤシルウ、トマトピューレ、ウスターソース、/キャベツ、きゅうり、コーン缶、ツナ油漬缶、油、酢、砂糖、食塩、/りんご、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	562(467) 18.3(15.3) 23.8(20.3) 7.2(6.0)
24 火	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、/フライドポテト、油、食塩、	牛乳,フライドポテト	571(493) 16.9(14.4) 23.0(20.1) 7.8(6.8)
25 水	御飯,すき焼き風煮,もやしと油揚げのゴマ酢和え,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬</u> (未満児)	米、/牛肉(肩ロース)、たまねぎ、はくさい、焼き豆腐、にんじん、えのきたけ、糸こんにゃく、ごぼう、焼ふ、油、しょうゆ、みりん、砂糖、酒、かつおだし汁、/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、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/ぶどうゼリー、	牛乳,ぶどうゼリー	531(469) 17.7(15.1) 15.2(13.1) 3.4(2.8)
26 木	御飯,, <u>白身魚の竜田揚げ</u> (未満児), <u>キャベツの甘酢和え</u> ,すまし汁	米、/かれい、食塩、酒、しょうゆ、片栗粉、油、/キャベツ、にんじん、酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、/たまねぎ、はくさい、しめじ、えのきたけ、みずな、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつおだし汁、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	517(396) 21.4(17.5) 14.7(10.0) 3.1(2.3)
27 金	御飯,八宝菜,ひじきのごま和え,バナナ	米、/豚肉(もも)、はくさい、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、もやし、チンゲンサイ、鶏がらスープ、食塩、しょうゆ、酒、しょうが、ごま油、片栗粉、/だいこん、きゅうり、ひじき、ごま、しょうゆ、砂糖、ごま油、/バナナ、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	497(426) 18.0(15.6) 11.2(9.5) 4.5(4.0)
28 土	汁ビーフン,じゃが芋の含め煮	ビーフン、鶏ひき肉、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、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、	牛乳	284(261) 12.6(11.7) 8.6(8.1) 4.8(4.3)
30 月	御飯,鮭の塩焼き,チンゲン菜の割り醤油和え,すまし汁,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬</u> (未満児)	米、/さけ、レモン、食塩、/チンゲンサイ、しょうゆ、かつお節、魚粉、/絹ごし豆腐、はくさい、にんじん、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、魚粉、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	442(380) 21.2(18.0) 9.7(8.1) 2.5(2.0)
31 火	御飯,ハンバーグ,キャベツの割り醤油和え,みそ汁	米、/牛ひき肉、豚ひき肉、食塩、たまねぎ、卵、牛乳、パン粉、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、/キャベツ、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、/だいこん、かぼちゃ、厚揚げ、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、/みかん缶、もも缶、パン缶、もも液汁缶、水、砂糖、かんでん、水、	牛乳,フルーツかん	527(458) 21.0(18.3) 18.9(16.5) 3.3(2.9)