

献立表

2022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
01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、ベジマールソース、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(414) 20.1(16.4) 19.4(17.2) 7.3(6.1)
02火	御飯、もったいないふりかけ、白身魚の照り焼き、小松菜のお浸し、みそ汁	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/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、/牛乳、/ドーナツ、油、粉糖、	牛乳、ドーナツ	562(390) 22.9(18.4) 20.6(12.6) 3.2(2.6)
03水	パドマカレー、キャベツとじゃこのサラダ、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、かつおだし汁、/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、/バナナ、/牛乳、/ゼリー、	牛乳、りんごゼリー	519(448) 17.0(14.9) 12.7(10.5) 5.0(4.4)
04木	御飯、もったいないふりかけ、ひじき入り炒り豆腐、すまし汁	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/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、/牛乳、/フライドポテト、油、食塩、	牛乳、フライドポテト	554(460) 19.7(16.8) 21.8(18.6) 4.2(3.7)
05金	御飯、もったいないふりかけ、ハンバーグ、えだまめ(以上児)、きゅうりのおかか(和え)(未満児)、だいこんスープ、すいか	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/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)、固形ブイヨン、食塩、/すいか、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	575(578) 22.7(26.2) 20.6(21.5) 3.2(2.3)
06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、だいず水煮缶詰、キャベツ、パセリ粉、固形ブイヨン、しょうゆ(うすくち)、食塩、/牛乳、	牛乳	330(270) 15.6(12.3) 11.8(10.3) 6.3(4.6)
08月	ロールパン、ハヤシシチュー、野菜サラダ、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)、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、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	557(464) 18.8(15.4) 23.8(20.3) 6.9(5.6)
09火	御飯、もったいないふりかけ、煮魚、切り干し大根の煮つけ、みそ汁	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/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、/調製豆乳、ココア(ビュアココア)、砂糖、アガー、	牛乳、豆乳ココアゼリー	526(533) 23.9(24.7) 12.0(14.6) 6.2(5.5)
10水	牛丼、ひじきのごま和え、ぶどう(種無し)(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、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、/にんじん、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	556(458) 19.4(16.2) 21.2(15.6) 3.3(2.8)
12金	<p style="text-align: center;">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土				
15月				
16火	御飯、もったいないふりかけ、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、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/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、しょうゆ、かつおだし汁、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、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、/みかん缶、もも缶、パイン缶、カルピス、水、	牛乳、カルピスフルーツボンチ	565(534) 25.0(24.5) 14.4(16.0) 3.3(2.9)

献立表

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 水	御飯,もったいないふりかけ,白身魚の塩焼き,ほうれん草のごま和え,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)</u>	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/かかれい、レモン、食塩、/ほうれん草、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、/ぶどう、/みかん缶、/牛乳、/ゼリー、/ビスケット、	牛乳,桃ゼリー,お菓子(以上児)	502(416) 23.7(20.5) 10.8(8.9) 3.4(3.0)
18 木	御飯,もったいないふりかけ,マーボー豆腐,ほうれん草のお浸し	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/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、魚粉、/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	457(395) 19.3(16.8) 12.3(10.5) 3.5(3.2)
19 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、鶏ひき肉、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(422) 21.9(18.5) 12.9(11.4) 3.0(2.4)
20 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(330) 16.7(15.4) 11.0(10.3) 7.5(6.7)
22 月	ロールパン,カレーシチュー,グリーンサラダ,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	ロールパン、/牛肉(肩ロース)、牛ひき肉、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、きゅうり、ツナ油漬缶、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	572(484) 18.3(15.8) 27.5(23.9) 6.7(5.5)
23 火	御飯,もったいないふりかけ,鮭の照り焼き,ブロッコリーのおかか和え,みそ汁	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/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、花かつお、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、/牛乳、/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、バター、卵、ココア(ビュアココア)、	牛乳,マーブルケーキ	546(475) 26.0(22.9) 15.1(13.0) 5.7(5.1)
24 水	御飯,もったいないふりかけ,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,バナナ	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/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、だいず水煮缶詰、固形ブイヨン、しょうゆ(うすくち)、食塩、パセリ粉、/バナナ、/牛乳、/ヨーグルト(加糖)、	牛乳,ヨーグルト	519(450) 26.2(22.0) 12.4(11.2) 5.0(3.9)
25 木	御飯,もったいないふりかけ,肉じゃが風煮,三色和え	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/牛肉(肩ロース)、牛ひき肉、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、/カルピス、水、ゼラチン、水、砂糖、みかん缶、パン缶、	牛乳,フルーツ入りカルピスゼリー	528(457) 18.0(16.2) 12.8(11.0) 6.4(5.4)
26 金	ひじきと鶏のそぼろ丼,炊き合わせ,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	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、片栗粉、かつおだし汁、魚粉、/こまつな、ごま油、しょうゆ、かつおだし汁、かぼちゃ、砂糖、みりん、しょうゆ、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	501(434) 17.8(15.2) 13.0(11.1) 4.2(3.5)
27 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、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、みりん、食塩、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、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、	牛乳	342(314) 15.4(14.2) 11.9(11.1) 1.9(1.7)
29 月	ロールパン,クリームシチュー,大根サラダ,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	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、/だいこん、キャベツ、コーン缶、きゅうり、油、酢、砂糖、食塩、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	491(412) 19.3(15.7) 19.3(17.1) 7.6(6.4)
30 火	御飯,もったいないふりかけ,鯖の味噌煮(以上児), <u>白身魚のみそ煮(未満児)</u> ,ほうれん草のごま和え,すまし汁	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/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、/ほうれん草、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、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、/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	552(425) 24.2(20.6) 15.3(7.4) 4.5(4.0)
31 水	御飯,もったいないふりかけ,豚肉のしょうが焼き,もやしとキュウリの酢の物,みそ汁,バナナ	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/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、/きゅうり、もやし、ツナ油漬缶、ごま、酢、砂糖、しょうゆ、/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)、かつおだし汁、魚粉、/バナナ、/牛乳、/お菓子、/ぶどうゼリー、	牛乳,お菓子,ぶどうゼリー	666(580) 21.8(19.2) 20.7(17.6) 5.3(4.7)