

# 献立表

2023年02月

パドマ・ナーサリースクール(一般)

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)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 水	御飯,もったいないふりかけ,鶏肉の竜田揚げ,キャベツの甘酢和え,わかめスープ,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、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、/バナナ、/牛乳、/ゼリー、	牛乳,りんごゼリー	523(484) 23.2(21.0) 13.7(14.7) 2.5(2.2)
02 木	中華丼,ひじきのごま和え,りんご	米、豚肉(もも)、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ、もやし、干しいたけ、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、/りんご、/牛乳、/星型せんべい、	牛乳,お菓子	462(389) 15.5(13.2) 10.2(7.9) 4.9(4.2)
03 金	御飯,もったいないふりかけ,いわしのごま天ぷら(以上児),白身魚の竜田揚げ(未満児),ブロッコリーのおかか和え,節分汁	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/いわし、酒、しょうが、食塩、小麦粉、片栗粉、卵、ごま、水、油、/かれい、食塩、酒、しょうゆ、片栗粉、油、/ブロッコリー、しょうゆ、かつおだし汁、花かつお、魚粉、/豚肉(コース)、だいこん、にんじん、ごぼう、だいず水煮缶詰、ねぎ、板こんにゃく、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、/さつまいも、むしパンミックス、水、	牛乳,鬼まんじゅう	668(497) 29.6(22.2) 23.0(13.2) 5.6(3.3)
04 土	かやくうどん,じゃが芋の含め煮	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、しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし汁、魚粉、/じゃがいも、厚揚げ、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	359(329) 22.0(20.1) 12.5(11.7) 4.9(4.3)
06 月	御飯,もったいないふりかけ,ミネストローネ,春雨の酢の物,みかん(以上児),みかんのシロップ漬	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/だいこん、さつまいも、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ツナ油漬缶、豆乳、ホールトマト缶詰、固形ブイヨン、砂糖、米みそ(淡色辛みそ)、食塩、パセリ粉、/はるさめ、きゅうり、コーン缶、しらす干し、カットわかめ、砂糖、酢、しょうゆ、食塩、/みかん、/みかん缶、牛乳、/星型せんべい、	牛乳,お菓子	529(430) 16.2(13.6) 8.7(7.2) 4.0(3.0)
07 火	ハヤシライス,ツナサラダ	米、牛肉(肩ロース)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ハヤシルウ、グリーンピース(冷凍)、トマトピューレ、/ツナ油漬缶、キャベツ、きゅうり、コーン缶、油、酢、砂糖、食塩、/牛乳、/ホットケーキ粉、卵、牛乳(調理用)、砂糖、バター、脱脂粉乳、ごま、/ホットケーキ粉、卵、牛乳(調理用)、砂糖、バター、脱脂粉乳、	牛乳,ごまカップケーキ(以上児),カップケーキ(未満児)	615(528) 18.8(16.1) 21.9(18.6) 5.8(5.0)
08 水	御飯,もったいないふりかけ,ハンバーグ,キャベツの割り醤油和え,みそ汁,りんご	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、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、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、/りんご、/牛乳、/ぶどうゼリー、	牛乳,ぶどうゼリー	580(511) 21.5(18.8) 18.6(16.2) 3.6(3.2)
09 木	御飯,もったいないふりかけ,さばの照り焼(以上児),白身魚の照り焼き(未満児),小松菜のおかか和え,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、砂糖、みりん、しょうゆ、/かれい、砂糖、みりん、しょうゆ、/こまつな、しめじ、花かつお、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、/焼ふ、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、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、/コッペパン、油、きな粉、砂糖、食塩、	牛乳,揚げぱん	548(433) 23.8(20.3) 19.8(11.6) 3.6(3.2)
10 金	牛丼,炊き合わせ,りんご	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、かつおだし汁、片栗粉、油、/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、/りんご、/牛乳、/ドーナツ、	牛乳,お菓子	544(478) 17.0(16.0) 20.4(18.1) 3.9(3.5)
13 月	ロールパン,カレーシチュー,グリーンサラダ,みかん(以上児),みかんのシロップ漬(未満児)	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、/キャベツ、きゅうり、ツナ油漬缶、コーン缶、油、酢、砂糖、食塩、/みかん、/みかん缶、/牛乳、/あげ一番、	牛乳,お菓子	574(483) 18.1(15.7) 27.5(23.9) 6.8(5.5)
14 火	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	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、/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	567(493) 26.0(21.5) 13.7(12.3) 6.3(5.0)
15 水	御飯,,納豆のかきあげ,ブロッコリーの割り醤油和え,すまし汁,いよかん(以上児),みかんのシロップ漬(未満児)	米、/さつまいも、たまねぎ、にんじん、ねぎ、納豆、小麦粉、食塩、油、/ブロッコリー、しょうゆ、昆布だし汁、/絹ごし豆腐、カットわかめ、にんじん、えのきたけ、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、昆布だし汁、/いよかん、/みかん缶、/牛乳、/ヨーグルト(加糖)、	牛乳,ヨーグルト	480(416) 19.1(16.7) 9.7(8.1) 8.3(7.1)
16 木	御飯,もったいないふりかけ,鮭の塩焼き,ひじきのごま和え,みそ汁	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/さけ、食塩、レモン、/にんじん、きゅうり、ひじき、ごま、しょうゆ、砂糖、ごま油、/かぼちゃ、ほうれんそう、えのきたけ、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	452(381) 22.8(19.6) 11.8(9.3) 4.1(3.6)

