

献立表

2023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)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	カレーライス,春キャベツとツナのサラダ,りんご	米、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、きゅうり、ツナ水煮缶、コーン缶、油、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、食塩、/りんご、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	560(483) 15.9(13.7) 22.1(19.2) 6.5(5.7)
02火	御飯,もったいないふりかけ,鮭の竜田揚げ,ひじきのサラダ,みそ汁	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/さけ、食塩、酒、しょうゆ、片栗粉、油、/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、/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	499(428) 22.1(19.1) 14.3(12.2) 4.5(3.9)
06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、砂糖、粉チーズ、/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	319(272) 13.1(11.4) 12.7(11.7) 3.9(3.2)
08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), <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、/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)
09火	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	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、/牛乳、/ドーナツ、油、粉糖、	牛乳,ドーナツ	631(499) 23.9(20.4) 26.6(21.2) 2.5(2.0)
10水	牛丼,大根サラダ,バナナ	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、/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、/お菓子、	牛乳,桃ゼリー,お菓子(以上児)	548(435) 17.0(14.4) 17.4(14.5) 2.9(2.3)
11木	御飯,もったいないふりかけ,鮭の塩焼き,小松菜のごま和え,みそ汁	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/さけ、レモン、食塩、/こまつな、しめじ、ごま、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、/たまねぎ、はくさい、えのきたけ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、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	516(445) 21.9(19.1) 18.5(15.8) 4.0(3.5)
12金	御飯,もったいないふりかけ,八宝菜,ひじきのごま和え,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/豚肉(もも)、はくさい、たまねぎ、パプリカ、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、/にんじん、きゅうり、ひじき、ごま、しょうゆ、砂糖、ごま油、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	501(427) 18.6(15.8) 14.5(11.7) 4.4(3.7)
13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)
15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), <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)、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)
16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)
17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、/ヨーグルト(加糖)、	牛乳,ヨーグルト	515(445) 18.4(16.3) 12.8(10.7) 4.9(4.4)
18木	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、/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)、生クリーム、みかん缶、	牛乳,お誕生日ケーキ(マーブルケーキ)	619(540) 26.3(21.8) 22.3(20.1) 5.0(3.9)

献立表

2023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	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
19 金	御飯,もったいないふりかけ,牛肉入りナムル,すまし汁,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/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、みつば、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	517(443) 20.7(17.8) 18.5(15.5) 2.9(2.3)
20 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、もやし、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、固形ブイオン、しょうゆ、食塩、/牛乳、	牛乳	327(300) 14.9(13.8) 12.9(12.0) 6.2(5.6)
22 月	ロールパン,ミネストローネ,春雨の酢の物	ロールパン、/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、固形ブイオン、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、/牛乳、/スポンジケーキ、生クリーム、チョコスプレー、みかん缶、パイン缶、	牛乳,お楽しみケーキ	556(464) 18.3(15.4) 23.8(20.4) 4.1(3.5)
23 火	御飯,もったいないふりかけ,肉じゃが風煮,三色和え,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	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、かつおだし汁、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、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	522(452) 17.2(15.1) 14.7(12.7) 7.1(5.9)
24 水	御飯,すき焼き風煮,もやしと油揚げのゴマ酢和え,りんご	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、/りんご、/牛乳、/ぶどうゼリー、	牛乳,ぶどうゼリー	536(471) 17.2(15.0) 15.3(13.2) 3.6(3.2)
25 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、/ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、花かつお、/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	476(412) 19.9(17.4) 13.6(11.6) 3.9(3.6)
26 金	御飯,もったいないふりかけ,煮魚,ひじきの炒め煮,みそ汁,バナナ	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/かれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、/ひじき、にんじん、ツナ油漬缶、コーン缶、さやいんげん、砂糖、しょうゆ、みりん、油、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、/バナナ、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	506(432) 23.1(20.1) 9.6(8.1) 3.3(2.8)
27 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、だいたい水煮缶詰、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(270) 15.6(12.3) 11.8(10.3) 6.3(4.6)
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、固形ブイオン、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,ハンバーグ,キャベツの割り醤油和え,みそ汁	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、/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	508(441) 20.1(17.6) 16.6(14.4) 3.2(2.9)
31 水	御飯,もったいないふりかけ,鶏肉のノルウェー風,野菜スープ,バナナ	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/鶏もも肉、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)、固形ブイオン、食塩、/バナナ、/牛乳、/ゼリー、	牛乳,りんごゼリー	538(466) 19.8(17.3) 12.7(10.8) 5.4(4.6)