

献立表

2023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。
0)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、／かれい、しょうゆ、みりん、酒、油、砂糖、食塩、／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、／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	512(444) 25.3(22.2) 9.6(8.1) 4.4(3.9)
02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、だいた水煮缶詰、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、／ぶどうゼリー、	牛乳,ぶどうゼリー	551(482) 23.4(19.2) 12.5(11.3) 5.0(3.9)
03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、絹さや、ごま油、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉、かつおだし汁、魚粉、／焼ふ、だいいこん、にんじん、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、／フライドポテト、油、食塩、	牛乳,フライドポテト	537(445) 17.2(14.6) 21.7(18.5) 4.1(3.6)
04金	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),みかんのシロップ漬け(未満児)	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)
05土	ミートスパゲティー,野菜スープ	スパゲティー、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)
07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),みかんのシロップ漬け(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、／オレンジ、／みかん缶、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	571(483) 18.2(15.7) 27.5(23.9) 6.7(5.5)
08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、／かれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、／切り干しだいこん、にんじん、だいた水煮缶詰、ツナ油漬缶、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(ピュアココア)、砂糖、 ミゼ	牛乳,豆乳ココアゼリー	545(540) 25.7(25.2) 13.4(15.3) 6.8(5.5)
09水	牛丼,大根サラダ,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、かつおだし汁、片栗粉、油、／だいいこん、キャベツ、コーン缶、きゅうり、油、酢、砂糖、食塩、／ぶどう、／みかん缶、／牛乳、／プリン、	牛乳,プリン	547(477) 18.7(17.1) 20.8(18.0) 2.4(2.0)
10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、／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	525(456) 21.6(18.9) 15.3(13.2) 4.1(3.7)
12土	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。			
14月				
15火				
16水	御飯,もったいないふりかけ,鮭の塩焼き,ほうれん草のごま和え,みそ汁,オレンジ(以上児),みかんのシロップ漬け(未満児)	米、／かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、／さけ、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、／オレンジ、／みかん缶、／牛乳、／ヨーグルト(加糖)、	牛乳,ヨーグルト	445(385) 25.7(22.3) 10.1(8.2) 3.1(2.6)

献立表

2023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
17 木	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、／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	481(446) 22.3(20.1) 13.6(14.7) 2.0(1.8)
18 金	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、カレーパウダー、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、／お菓子、	牛乳,お菓子	556(477) 16.9(14.7) 14.7(12.3) 5.4(4.8)
19 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)
21 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)
22 火	御飯,もったいないふりかけ,ハンバーグ,えだまめ(以上児),キャベツの割り醤油和え(未満児),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、／えだまめ、食塩、／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	526(441) 21.9(17.6) 17.8(14.4) 3.7(2.9)
23 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)、固形ブイヨン、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)
24 木	御飯,もったいないふりかけ,あじの竜田揚げ(以上児),白身魚の竜田揚げ(未満児),ブロッコリーの割り醤油和え,みそ汁	米、／かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、／あじ、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、油、／かえり、食塩、酒、しょうゆ、片栗粉、油、／ブロッコリー、かつおだし汁、しょうゆ、／たまねぎ、だいこん、しめじ、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、砂糖、バター、卵、ココア(ビュココア)、生クリーム、みかん缶、	牛乳,お誕生日ケーキ(マープルケーキ)	614(525) 24.3(22.1) 24.0(19.4) 3.3(2.9)
25 金	ひじきと鶏のそぼろ丼,炊き合わせ,すいか	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、／すいか、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	505(437) 17.7(15.3) 13.0(11.1) 4.0(3.5)
26 土	肉うどん,かぼちゃの甘煮	うどん、牛肉(肩ロース)、牛ひき肉、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(323) 15.4(15.3) 11.9(11.7) 1.9(1.7)
28 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)
29 火	御飯,もったいないふりかけ,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、／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、／かえり、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、／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、／小麦粉、砂糖、油、	牛乳,ちんすこう	615(481) 21.6(18.3) 23.3(14.6) 3.2(2.8)
30 水	御飯,もったいないふりかけ,ミートローフ,ゆで野菜(ブロッコリー),だいこんスープ,バナナ	米、／かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、／鶏ひき肉、豚ひき肉、食塩、パン粉、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、／ブロッコリー、／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、／バナナ、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	499(427) 20.5(17.9) 13.1(11.2) 4.2(3.7)
31 木	御飯,もったいないふりかけ,牛肉入りナムル,わかめスープ	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、ほうれん草、もやし、ごま、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁、／カットわかめ、たまねぎ、レタス、しょうゆ(うすくち)、食塩、固形ブイヨン、／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	501(428) 18.6(16.2) 18.9(15.8) 2.6(2.3)