

献立表

2024年02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 木 | 中華丼,ひじきのごま和え, りんご(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u> | 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、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、 | 牛乳,お菓子 | 462(386) 15.5(13.3) 10.2(7.9) 4.9(3.7) |
| 02 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), <u>白身魚の竜田揚げ(未満児)</u> ,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、ごま、水、油、/かいかい、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(ロース)、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) |
| 03 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) |
| 05 月 | 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,みかん(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、/かいかい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、/切り干しだいこん、にんじん、だいず水煮缶詰、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、/みかん、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、 | 牛乳,お菓子 | 515(509) 23.1(22.7) 12.3(14.2) 4.8(3.4) |
| 06 火 | 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、/牛乳、/さつまいも、/さつまいも、砂糖、水、 | 牛乳,焼き芋(以上児), <u>きんとん(未満児)</u> | 528(438) 16.2(14.2) 12.8(11.0) 8.3(6.5) |
| 07 水 | ロールパン,カレーシチュー,グリーンサラダ,バナナ | 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、/バナナ、/牛乳、/ゼリー、 | 牛乳,りんごゼリー | 552(466) 18.8(16.5) 24.0(20.8) 6.8(5.8) |
| 08 木 | 牛丼,春雨サラダ | 米、牛肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが、油、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉、かつおだし汁、魚粉、/はるさめ、きゅうり、ツナ油漬缶、カットわかめ、油、りんご酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、/牛乳、/コッペパン、油、きな粉、砂糖、食塩、 | 牛乳,揚げばん(きな粉) | 624(545) 20.7(18.1) 27.2(23.9) 3.3(3.0) |
| 09 金 | 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,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、/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、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、 | 牛乳,お菓子 | 541(469) 24.3(19.7) 15.7(14.2) 5.0(3.7) |
| 10 土 | ミートスパゲティ,レタスのスープ | 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、/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)、食塩、固形ブイヨン、/牛乳、 | 牛乳 | 319(271) 15.3(13.2) 11.8(10.9) 4.1(3.2) |
| 13 火 | 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 | 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、/はくさい、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、/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 | 442(378) 23.1(20.0) 10.5(8.6) 3.3(2.9) |
| 14 水 | 御飯,マーボー豆腐,ほうれん草のお浸し,バナナ | 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、/ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、花かつお、/バナナ、/牛乳、/プリン、 | 牛乳,プリン | 529(464) 21.4(19.1) 15.9(14.1) 4.0(3.5) |
| 15 木 | ロールパン,クリームシチュー,大根サラダ | 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、/牛乳、/小麦粉、砂糖、油、 | 牛乳,ちんすこう | 609(519) 19.4(16.1) 25.5(22.7) 7.6(6.6) |
| 16 金 | 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,りんご(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、/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、/りんご、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、 | 牛乳,お菓子 | 529(484) 22.6(20.5) 13.9(14.9) 2.7(2.0) |

