

献立表

2024年04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。ご了承ください。
大豆・コーン・グリーンピース・いんげん・りんごは、窒息の恐れがある為、未満児には使用していません。

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	御飯,もったいないふりかけ,煮魚,ほうれん草のごま和え,すまし汁,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬</u> (未満児)	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、/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、カットわかめ、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、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	447(386) 22.2(19.2) 7.7(6.4) 3.0(2.5)
02火	御飯,もったいないふりかけ,豚肉のしょうが焼き,ゆで野菜(ブロッコリー),みそ汁	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/豚肉(肩ロース)、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、油、/ブロッコリー、/だいこん、はくさい、なめこ、油揚げ、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	570(496) 22.5(19.8) 16.3(14.1) 5.2(4.7)
03水	にんじん御飯,じゃが芋のそばろ煮,わかめスープ,りんご(以上児), <u>バナナ</u> (未満児)	米、にんじん、油、しらす干し、さやいんげん、食塩、酒、しょうゆ(うすくち)、かつおだし汁、/じゃがいも、鶏ひき肉、グリーンピース(冷凍)、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、砂糖、みりん、油、片栗粉、かつおだし汁、魚粉、/カットわかめ、たまねぎ、レタス、しょうゆ(うすくち)、鶏がらスープ、食塩、/りんご、/ <u>バナナ</u> 、/牛乳、/ヨーグルト(加糖)、	牛乳,ヨーグルト	423(380) 16.7(15.0) 9.2(7.6) 5.2(4.2)
04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、酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、/牛乳、/さつまいも、りんご、砂糖、食塩、水、	牛乳,さつまいも りんごの甘煮	550(402) 16.9(14.1) 19.8(17.1) 3.0(1.6)
05金	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</u> (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、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	573(485) 18.6(16.0) 27.9(24.3) 7.0(5.9)
06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)
08月	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、にんじん、ごま、しょうゆ、かつお節、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、/スポンジケーキ、生クリーム、チョコスプレー、 <u>みかん缶</u> 、いちご、シュガーパウダー、	牛乳,花まつり ケーキ	549(476) 24.5(21.3) 20.5(17.8) 2.6(2.3)
09火	御飯,もったいないふりかけ,肉じゃが風煮,三色和え,りんご(以上児), <u>みかんのシロップ漬</u> (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、/りんご、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	528(452) 16.7(15.1) 14.8(12.7) 7.4(5.9)
10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、/ <u>バナナ</u> 、/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)
11木	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、/フライドポテト、油、食塩、	牛乳,フライド ポテト	612(530) 15.4(13.2) 27.4(24.1) 6.8(6.0)
12金	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</u> (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、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	456(381) 18.7(15.1) 15.3(13.5) 7.4(6.2)
13土	焼きそば,じゃが芋の含め煮	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、あおのり、花かつお、/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、/牛乳、	牛乳	352(323) 16.0(14.7) 15.9(14.7) 6.3(5.6)
15月	御飯,もったいないふりかけ,あじフライ(以上児),自身魚の童田揚げ(未満児),ブロッコリーの割り醤油和え,みそ汁,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬</u> (未満児)	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/あじ、レモン、小麦粉、パン粉、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、みりん、/かかれい、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、/オレンジ、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	523(408) 23.5(19.7) 14.6(10.4) 3.8(2.7)

献立表

2024年04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
16 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、だいち水煮昆布、固形ブイヨン、しょうゆ(うすくち)、食塩、パセリ粉、/牛乳、/みかん缶、もも缶、パイン缶、もも液汁缶、水、砂糖、かんてん、水、	牛乳,フルーツかん	478(413) 22.7(18.6) 12.2(11.0) 4.9(3.8)
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、カレールーウ、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、/プリン、	牛乳,プリン	556(486) 19.2(17.1) 16.1(14.0) 4.8(4.3)
18 木	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、/コッペパン、油、きな粉、砂糖、食塩、	牛乳,揚げぱん(きな粉)	608(531) 24.0(21.1) 23.4(20.5) 4.4(4.0)
19 金	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)
20 土	かやくうどん,大根と厚揚げの含め煮	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、/だいこん、厚揚げ、しょうゆ(うすくち)、みりん、砂糖、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、	牛乳	382(348) 23.8(21.6) 16.0(14.8) 2.0(1.8)
22 月	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,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、/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、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	468(404) 24.0(20.8) 8.4(6.9) 3.1(2.6)
23 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、/小麦粉、砂糖、油、	牛乳,ちんすこう	642(591) 23.1(20.8) 23.9(24.0) 2.5(2.3)
24 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、/ぶどうゼリー、	牛乳,ぶどうゼリー	535(468) 19.8(17.3) 13.2(11.3) 4.1(3.7)
25 木	御飯,マーボー豆腐,ほうれん草のお浸し	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、/ほうれん草、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、花かつお、/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)	587(511) 20.6(18.1) 22.4(19.6) 3.9(3.6)
26 金	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、バシヤメルソース、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)
27 土	和風スパゲティ,春キャベツスープ	スパゲティ、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、しめじ、ねぎ、しょうゆ(うすくち)、みりん、酒、/絹ごし豆腐、キャベツ、パセリ粉、しょうゆ(うすくち)、固形ブイヨン、食塩、/牛乳、	牛乳	286(263) 15.3(14.1) 8.6(8.1) 3.7(3.3)
30 火	御飯,もったいないふりかけ,煮魚,きんぴら,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、/にんじん、ごぼう、さやいんげん、しょうゆ、みりん、砂糖、油、かつおだし汁、/たまねぎ、にんじん、えのきたけ、油揚げ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、/きつまいも、/きつまいも、砂糖、水、	牛乳,焼き芋(以上児),きんとん(未満児)	485(399) 20.4(17.4) 8.0(6.6) 4.7(3.5)