

献立表

2024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・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 水	御飯,もったいないふりかけ,すき焼き風煮,ひじきのごま和え,りんご(以上児),バナナ(未満児)	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/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、糸こんにやく、ごぼう、焼ふ、油、しょうゆ、みりん、砂糖、酒、かつおだし汁、/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、/バナナ、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	533(469) 17.7(15.6) 15.1(12.4) 4.8(4.1)
02 木	御飯,もったいないふりかけ,豚肉のしょうが焼き,ほうれん草のおかか和え,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、/ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁、花かつお、魚粉、/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、/ドーナツ、油、粉糖、	牛乳,ドーナツ	634(473) 22.1(18.2) 27.9(19.3) 3.7(3.1)
07 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)
08 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、/ゼリー、	牛乳,りんごゼリー	490(424) 19.1(16.8) 12.4(10.6) 4.0(3.6)
09 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、だいたい水煮缶詰、固形ブイヨン、しょうゆ(うすくち)、食塩、パセリ粉、/牛乳、/フライドポテト、油、食塩、	牛乳,フライドポテト	586(510) 24.1(19.8) 22.5(20.3) 6.0(4.8)
10 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),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、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	573(485) 18.6(16.0) 27.9(24.3) 7.0(5.9)
11 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)
13 月	御飯,もったいないふりかけ,ぶりの照り焼,切り干し大根の煮つけ,すまし汁,オレンジ(以上児),みかんのシロップ漬(未満児)	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/ぶり、酒、食塩、しょうゆ、みりん、砂糖、/切り干しだいこん、にんじん、ひじき、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、/たまねぎ、はくさい、ほうれんそう、カットわかめ、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	493(427) 23.0(19.8) 15.0(12.9) 3.7(3.1)
14 火	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、/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	606(529) 19.6(17.1) 21.2(18.5) 3.5(3.2)
15 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、/ぶどうゼリー、	牛乳,ぶどうゼリー	552(512) 21.8(19.6) 13.9(15.0) 2.4(2.1)
16 木	御飯,もったいないふりかけ,八宝菜,ひじきのごま和え	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、/牛乳、/小麦粉、砂糖、油、	牛乳,ちんすこう	602(518) 19.0(16.5) 21.3(17.8) 4.5(4.0)
17 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(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、/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、/米、食塩、もったいないふりかけ	牛乳,お菓子(ふじ・さくら・もも・うめ組),おにぎり(きく・ゆり組)	490(414) 20.1(16.4) 19.4(17.2) 7.3(6.1)
18 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、固形ブイヨン、しょうゆ、食塩、/牛乳、	牛乳	327(300) 14.9(13.8) 12.9(12.0) 6.2(5.6)

献立表

2024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
20月	御飯,もったいないふりかけ, 鮭の塩焼き, ひじき炒め煮, 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、/さけ、レモン、食塩、/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、/かぼちゃ、だいこん、えのきたけ、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	487(419) 22.6(19.4) 10.8(9.1) 3.8(3.1)
21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、/スポンジケーキ、生クリーム、みかん缶、もも缶、	牛乳,降誕会ケーキ	585(508) 18.5(16.6) 23.3(20.5) 6.6(5.6)
22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, 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、/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、/オレンジ、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/プリン、	牛乳,プリン	520(460) 23.4(20.6) 16.4(14.5) 4.0(3.4)
23木	御飯,もったいないふりかけ, 煮魚, 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、/かかれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、/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、カットわかめ、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	434(374) 22.6(19.8) 9.2(7.7) 3.2(2.9)
24金	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, パナナ	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、/バナナ、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	589(509) 21.3(18.6) 19.5(16.9) 3.5(3.1)
25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)
27月	御飯,もったいないふりかけ, あじフライ(以上児), 自身魚の竜田揚げ(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)
28火	パドマカレー, キャベツとじゃこのサラダ	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、/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	474(408) 15.0(12.9) 12.6(10.5) 4.7(4.2)
29水	御飯,もったいないふりかけ, 牛肉入りナムル, すまし汁, パナナ	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、/バナナ、/牛乳、/ぶどうゼリー、	牛乳,ぶどうゼリー	576(499) 19.9(17.2) 18.6(15.6) 2.9(2.5)
30木	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	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、/りんご果汁50%飲料、/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、バター、卵、ココア(ビュアココア)、生クリーム、みかん缶、	リンゴジュース,お誕生日ケーキ(マーブルケーキ)	594(532) 17.1(15.2) 17.8(16.0) 5.3(4.5)
31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), <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)、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、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	557(464) 18.8(15.4) 23.8(20.3) 6.9(5.6)