

献立表

2024年06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 土	肉うどん,大根の含め煮	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、しょうゆ(うすくち)、みりん、食塩、かつおだし汁、魚粉、／だいこん、厚揚げ、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、かつおだし汁、魚粉、／牛乳、	牛乳	376(377) 18.5(19.1) 17.0(18.4) 1.5(1.3)
03 月	御飯,もったいないふりかけ,白身魚のケチャップあん,ひじきのごま和え,すまし汁,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、食塩、酒、片栗粉、油、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、酢、／にんじん、だいこん、ひじき、ごま、しょうゆ、砂糖、ごま油、／ほうれんそう、たまねぎ、えのきたけ、焼ふ、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、／ビスケット、	牛乳,お菓子	519(443) 20.9(17.8) 13.7(11.0) 3.7(3.0)
04 火	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、／ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、花かつお、／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	448(386) 18.3(15.9) 12.3(10.5) 3.5(3.2)
05 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、／バナナ、／牛乳、／プリン、	牛乳,プリン	562(492) 27.0(22.8) 15.8(14.6) 5.0(3.9)
06 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、／コッペパン、油、きな粉、砂糖、食塩、	牛乳,揚げばん(きな粉)	589(513) 23.6(20.8) 22.3(19.5) 4.7(4.3)
07 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、／かっぱえびせん、	牛乳,お菓子	573(485) 18.6(16.0) 27.9(24.3) 7.0(5.9)
08 土	スパゲティナポリタン,レタスのスープ	スパゲティー、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)
10 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,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、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、／オレンジ、／みかん缶、／牛乳、／星型せんべい、	牛乳,お菓子	423(364) 22.1(19.1) 8.1(6.7) 3.2(2.6)
11 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、／みかん缶、もも缶、バイン缶、もも液汁缶、水、砂糖、かんでん、水、	牛乳,フルーツかん	466(401) 15.3(13.7) 12.7(10.9) 6.6(5.7)
12 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、／ゼリー、	牛乳,りんごゼリー	523(484) 23.2(21.0) 13.7(14.7) 2.5(2.2)
13 木	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	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、／牛乳、／フライドポテト、油、食塩、	牛乳,フライドポテト	570(496) 20.5(17.9) 23.2(20.3) 5.1(4.6)
14 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、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、／米、かつお節(だしがら)、砂糖、しょうゆ、／ドーナツ、	牛乳,おにぎり(きく・ゆり),お菓子(うめ・もも・さくら・ふじ)	670(414) 24.1(16.4) 19.8(17.2) 7.5(6.1)
15 土	塩焼きそば,野菜スープ	焼きそばめん、豚肉(肩ロース)、レタス、にんじん、もやし、ねぎ、ごま油、鶏がらスープ、食塩、／じゃがいも、たまねぎ、だいず水煮缶詰、しめじ、パセリ粉、しょうゆ(うすくち)、固形ブイヨン、食塩、／牛乳、	牛乳	302(265) 14.8(12.5) 12.1(10.4) 6.9(5.6)

献立表

2024年06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,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、／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、／オレンジ、／みかん缶、／牛乳、／かつばえびせん、	牛乳,お菓子	485(419) 23.2(19.8) 13.1(11.1) 3.1(2.6)
18火	御飯,もったいないふりかけ,牛肉入りナムル,すまし汁	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、／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	592(510) 22.5(19.6) 19.8(16.6) 4.1(3.7)
19水	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,バナナ	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、／ぶどうゼリー、	牛乳,ぶどうゼリー	574(503) 20.3(17.7) 16.2(14.0) 3.4(3.0)
20木	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、／かえい、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、／牛乳、／小麦粉、にんじん、卵、砂糖、油、ベーキングパウダー、バニラエッセンス、	牛乳,人参ケーキ	596(585) 25.3(24.9) 15.3(17.0) 5.0(3.8)
21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、／星型せんべい、	牛乳,お菓子	557(464) 18.8(15.4) 23.8(20.3) 6.9(5.6)
22土	じゃーじゃー麺,大根の含め煮	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、／だいこん、しょうゆ、砂糖、みりん、かつおだし汁、／牛乳、	牛乳	348(319) 16.2(14.9) 11.0(10.3) 4.9(4.4)
24月	御飯,もったいないふりかけ,ぶりの竜田揚げ,キャベツのおかか和え,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、／ぶり、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、油、／キャベツ、にんじん、花かつお、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、／さつまいも、たまねぎ、油揚げ、板こんにゃく、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、／星型せんべい、	牛乳,お菓子	582(507) 22.6(19.5) 19.2(16.6) 2.6(2.2)
25火	鮭ごはん,小松菜の炒め煮,みそ汁	米、昆布だし汁、しょうゆ(うすくち)、さけ、食塩、ごま、いんげん、／こまつな、しめじ、ツナ油漬缶、砂糖、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、みりん、油、かつおだし汁、魚粉、／たまねぎ、にんじん、だいこん、カットわかめ、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	424(365) 17.6(15.3) 10.2(8.6) 3.4(3.0)
26水	パドマカレー,キャベツとじゃこのサラダ,すいか	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、／すいか、／牛乳、／ゼリー、	牛乳,りんごゼリー	495(432) 16.8(14.7) 12.6(10.5) 4.5(4.1)
27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)、／りんご濃縮果汁、／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、	りんごジュース,お誕生日ケーキ (マーブルケーキ)	619(561) 15.8(14.2) 25.1(22.6) 2.2(2.0)
28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),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、／みかん缶、／牛乳、／星型せんべい、	牛乳,お菓子	456(381) 18.7(15.1) 15.3(13.5) 7.4(6.2)
29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)