

献立表

パドマ・ナーサリースクール(一般)

2025年02月

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 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)
03 月	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>自身魚の竜田揚げ(未満児)</u> 、 <u>ブロッコリーのおかか和え、節分汁</u>	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、/かたい、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、だいたい水煮缶詰、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	659(497) 28.9(22.2) 22.4(13.2) 5.6(3.3)
04 火	御飯、もったいないふりかけ、豚肉のしょうが焼き、もやしとキュウリの酢の物、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、/豚肉(肩ロース)、豚ひき肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、油、/きゅうり、もやし、ツナ油漬缶、ごま、酢、砂糖、しょうゆ、/だいこん、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、/みかん、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	574(491) 21.1(18.4) 20.3(17.2) 3.5(2.8)
05 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、すまし汁、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、/焼ふ、絹ごし豆腐、カットわかめ、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、/バナナ、/牛乳、/プリン、/お菓子、	牛乳、プリン、お菓子	643(566) 25.2(22.5) 22.9(20.4) 3.0(2.7)
06 木	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、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	466(401) 15.3(13.7) 12.7(10.9) 6.6(5.7)
07 金	ロールパン、カレーシチュー、グリーンサラダ、みかん(以上児)、 <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	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、/みかん、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	577(485) 18.5(16.0) 27.9(24.3) 7.1(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、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、 <u>鮭の塩焼き、ひじき炒め煮、みそ汁、みかん(以上児)</u> 、 <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、/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、/みかん、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	490(419) 22.4(19.4) 10.8(9.1) 3.9(3.1)
12 水	御飯、もったいないふりかけ、 <u>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</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、/バナナ、/牛乳、/ぶどうゼリー、/星型せんべい、	牛乳、ぶどうゼリー、お菓子	627(580) 23.3(21.0) 14.1(15.1) 2.6(2.3)
13 木	御飯、マーボー豆腐、ひじきのごま和え	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、/だいこん、きゅうり、ひじき、ごま、しょうゆ、砂糖、ごま油、/牛乳、/フライドポテト、油、食塩、	牛乳、フライドポテト	579(498) 18.5(16.0) 24.4(20.7) 5.4(4.8)
14 金	ロールパン、クリームシチュー、ツナサラダ、みかん(以上児)、 <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	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、/みかん、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	494(414) 19.9(16.4) 19.4(17.2) 7.4(6.1)
17 月	御飯、もったいないふりかけ、 <u>ぶりの照り焼、切り干し大根の煮つけ、すまし汁、みかん(以上児)</u> 、 <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、/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、/みかん、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳、お菓子	540(465) 23.4(20.3) 16.9(14.6) 3.8(3.1)

献立表

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
18 火	御飯,もったいないふりかけ,野菜のかきあげ,ブロッコリーの割り醤油和え,すまし汁	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/さつまいも、たまねぎ、にんじん、ねぎ、小麦粉、食塩、油、/ブロッコリー、しょうゆ、昆布だし汁、/絹ごし豆腐、カットわかめ、にんじん、えのきたけ、みつば、しょうゆ(うすくち)、食塩、昆布だし汁、/りんご濃縮果汁、/サンドイッチパン、いちごジャム、	りんごジュース、いちごジャムサンド	501(456) 14.0(12.6) 5.8(5.3) 9.2(8.3)
19 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)、固形ブイオン、食塩、/バナナ、/牛乳、/ゼリー、/お菓子、	牛乳,りんごゼリー,お菓子	581(507) 22.8(20.1) 13.2(11.2) 4.4(3.9)
20 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)
21 金	ロールパン,ハヤシチュー,野菜サラダ,みかん(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	ロールパン、/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(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、/みかん、/みかん缶、/牛乳、/米、かつお節(だしがら)、砂糖、しょうゆ、/お菓子、	牛乳,おにぎり(きく・ゆり),お菓子(うめ・もも・さくら・ふじ)	741(454) 22.7(15.6) 24.2(19.1) 7.3(5.6)
22 土	ミートスパゲティ,野菜スープ	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、/じゃがいも、だいず水煮缶詰、キャベツ、パセリ粉、固形ブイオン、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)
25 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、/小麦粉、砂糖、油、	牛乳,ちんすこう	586(510) 21.4(18.7) 18.2(15.8) 3.3(2.9)
26 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、/お菓子、	牛乳,プリン,お菓子	633(555) 20.8(18.6) 16.4(14.2) 5.1(4.5)
27 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,たっぶ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、だいず水煮缶詰、固形ブイオン、しょうゆ(うすくち)、食塩、パセリ粉、/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(415) 23.9(19.6) 12.2(11.0) 4.6(3.5)
28 金	ロールパン,クリームシチュー,大根サラダ,みかん(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	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、固形ブイオン、食塩、/だいこん、キャベツ、コーン缶、きゅうり、油、酢、砂糖、食塩、/みかん、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	459(381) 18.6(15.1) 15.3(13.5) 7.5(6.2)