

献立表

パドマ・ナーサリースクール(一般)

2025年03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	焼きビーフン,すまし汁	ビーフン、豚肉(肩ロース)、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、ごま油、鶏がらスープ、しょうゆ、みりん、食塩、/絹ごし豆腐、だいこん、しめじ、みつば、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつおだし汁、魚粉、/牛乳、	牛乳	304(271) 13.1(12.0) 12.2(10.4) 2.0(1.6)
03 月	おひなさまずし,小松菜のしらす和え,みそ汁,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬け(未満児)</u>	米、昆布だし汁、酢、砂糖、食塩、ツナ油漬缶、きゅうり、にんじん、ごま、油、/こまつな、はくさい、しらす干し、しょうゆ、かつおだし汁、魚粉、/たまねぎ、にんじん、カットわかめ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、魚粉、/オレンジ、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/あられ、/ <u>お菓子</u> 、	牛乳,ひなあられ(以上児), <u>お菓子(未満児)</u>	519(447) 17.9(15.2) 11.2(9.2) 3.8(3.2)
04 火	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、/オレンジ、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/ <u>みかん濃縮果汁</u> 、水、ゼラチン、水、砂糖、 <u>みかん缶</u> 、	牛乳,オレンジゼリー	454(390) 22.3(19.2) 8.9(7.4) 3.5(2.8)
05 水	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,バナナ	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、/バナナ、/牛乳、/ <u>ぶどうゼリー</u> 、/ <u>お菓子</u> 、	牛乳,ぶどうゼリー, <u>お菓子</u>	653(569) 21.6(19.0) 16.8(14.2) 3.3(2.8)
06 木	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、/ <u>りんご濃縮果汁</u> 、/ <u>パンケーキ</u> 、 <u>みかん缶</u> 、 <u>もも缶</u> 、いちご、生クリーム、チョコスプレー、/ <u>小麦粉</u> 、 <u>ベーキングパウダー</u> 、砂糖、 <u>バター</u> 、卵、ココア(ビュアココア)、生クリーム、 <u>みかん缶</u> 、	りんごジュース, <u>パンケーキ</u> (きく・ゆり組), <u>お誕生日ケーキ</u> (マープルケーキ)(ふじ・さくら・もも・うめ)	839(790) 24.8(22.9) 33.4(33.1) 2.8(2.5)
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), <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、/オレンジ、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/ <u>お菓子</u> 、	牛乳, <u>お菓子</u>	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、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,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、/かれい、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、/切り干しだいこん、にんじん、だいたい水煮缶詰、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、/ <u>みかん</u> 、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/ <u>お菓子</u> 、	牛乳, <u>お菓子</u>	460(460) 22.4(22.1) 8.5(10.8) 4.3(2.9)
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、/ <u>サンドイッチパン</u> 、いちごジャム、	牛乳,いちごジャムサンド	555(482) 18.5(16.6) 14.2(12.2) 8.1(7.0)
12 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、/ <u>プリン</u> 、/ <u>お菓子</u> 、	牛乳, <u>プリン</u> , <u>お菓子</u>	643(566) 25.2(22.5) 22.9(20.4) 3.0(2.7)
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、/ <u>フライドポテト</u> 、油、食塩、	牛乳, <u>フライドポテト</u>	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,オレンジ(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、/オレンジ、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/米、あずき(乾)、食塩、/ <u>お菓子</u> 、	牛乳, <u>赤飯</u> (きく組), <u>お菓子</u>	608(520) 22.9(19.0) 19.7(17.5) 8.6(7.4)

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
17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), <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、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、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	582(507) 22.6(19.5) 19.2(16.6) 2.6(2.2)
18火	パドマカレー,キャベツとじゃこのサラダ	米、鶏もも肉、鶏ひき肉、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、/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	496(438) 16.7(14.3) 13.8(12.9) 4.9(4.4)
19水	牛丼,春雨サラダ,りんご(以上児), <u>バナナ(未満児)</u>	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、/ <u>バナナ</u> 、/牛乳、/ビスケット、/ゼリー、	牛乳,お菓子,りんごゼリー	625(564) 19.4(17.5) 21.8(19.0) 2.8(2.4)
21金	ロールパン,ハヤシチュー,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、/オレンジ、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	557(454) 18.8(15.6) 23.8(19.1) 6.9(5.6)
22土	わかめうどん,大根のそぼろ煮	うどん、カットわかめ、にんじん、油揚げ、干しいたけ、ねぎ、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、鶏ひき肉、砂糖、しょうゆ、みりん、油、片栗粉、かつおだし汁、/牛乳、	牛乳	287(264) 15.0(13.8) 8.4(8.0) 1.5(1.3)
24月	御飯,もったいないふりかけ,煮魚,きんぴら,みそ汁,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、/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、/オレンジ、/ <u>みかん缶</u> 、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	479(413) 21.4(18.4) 9.9(8.3) 3.6(3.0)
25火	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、/小麦粉、砂糖、油、	牛乳,ちんすこう	646(564) 21.3(18.7) 25.2(22.1) 3.8(3.4)
26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,たっぶり野菜と大豆のスープ,りんご(以上児), <u>バナナ(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、固形ブイオン、しょうゆ(うすくち)、食塩、パセリ粉、/りんご、/ <u>バナナ</u> 、/牛乳、/ぶどうゼリー、/ビスケット、	牛乳,ぶどうゼリー,お菓子	618(560) 24.4(20.5) 14.5(13.1) 5.7(4.3)
27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)、固形ブイオン、食塩、/牛乳、/みかん缶、もも缶、パイナップル缶、もも液汁缶、水、砂糖、かんてん、水、	牛乳,フルーツかん	462(399) 19.2(16.7) 12.9(11.0) 3.9(3.5)
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), <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、ベジマメルソース、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、/オレンジ、/ <u>みかん缶</u> 、/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)	636(381) 22.8(15.1) 15.8(13.5) 7.7(6.2)
29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)