

# 献立表

2025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

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)・果物・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 火	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125ml、/生乳、/みかん濃縮果汁、水、ゼラチン、水、砂糖、みかん缶、	牛乳(以上児),牛乳(未満児),オレンジゼリー	415(357) 22.0(19.3) 8.0(6.6) 2.7(2.5)
02 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125ml、/生乳、/プリン、/お菓子、	牛乳(以上児),牛乳(未満児),プリン,お菓子	664(580) 25.2(22.6) 20.1(17.5) 3.3(2.8)
03 木	にんじん御飯,じゃが芋のそぼろ煮,わかめスープ	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、/牛乳125ml、/生乳、/フライドポテト、油、食塩、	牛乳(以上児),牛乳(未満児),フライドポテト	510(440) 15.1(12.9) 19.2(16.7) 6.1(5.2)
04 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125ml、/生乳、/お菓子、	牛乳(以上児),牛乳(未満児),お菓子	573(485) 18.6(16.0) 27.9(24.3) 7.0(5.9)
05 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)
07 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),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、/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、/みかん缶、/牛乳125ml、/生乳、/お菓子、	牛乳(以上児),牛乳(未満児),お菓子	494(425) 22.2(19.1) 12.3(10.5) 3.5(2.8)
08 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125ml、/生乳、/スポンジケーキ、生クリーム、チョコスプレー、みかん缶、もも缶、いちご、シュガーパウダー、	牛乳(以上児),牛乳(未満児),花まつりケーキ	599(521) 18.6(16.7) 24.0(21.1) 6.7(5.7)
09 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,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、/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)、固形ブイオン、食塩、/りんご、/バナナ、/牛乳125ml、/生乳、/ゼリー、/お菓子、	牛乳(以上児),牛乳(未満児),りんごゼリー,お菓子	593(534) 20.7(18.5) 16.7(14.4) 5.8(4.9)
10 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125ml、/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(以上児),牛乳(未満児),フルーツかん	514(446) 16.3(14.1) 19.7(17.1) 2.0(1.8)
11 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、ベジタブルソース、固形ブイオン、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125ml、/生乳、/お菓子、	牛乳(以上児),牛乳(未満児),お菓子	490(414) 20.1(16.4) 19.4(17.2) 7.3(6.1)
12 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、固形ブイオン、しょうゆ、食塩、/牛乳、	牛乳	327(300) 14.9(13.8) 12.9(12.0) 6.2(5.6)
14 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125ml、/生乳、/お菓子	牛乳(以上児),牛乳(未満児),お菓子	536(465) 23.6(20.3) 16.9(14.6) 3.7(3.1)

# 献立表

2025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
15 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125ml、/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(以上児),牛 乳(未満児),人參 ケーキ	624(553) 19.0(16.3) 19.5(18.0) 5.5(5.0)
16 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、固形ブイオン、しょうゆ(う すくち)、食塩、パセリ粉、/バナナ、/牛乳125ml、/牛乳、/ぶどうゼリー、 /お菓子、	牛乳(以上児),牛 乳(未満児),ぶどう ゼリー,お菓子	638(560) 24.9(20.5) 14.5(13.1) 5.5(4.3)
17 木	わかめごはん,炊き合わせ, さつま汁	米、カットわかめ、しらす干し、ごま、砂糖、しょうゆ、みりん、油、昆布だし汁、/ ごまつな、ごま油、しょうゆ、かつおだし汁、かぼちゃ、砂糖、みりん、しょうゆ、か つおだし汁、魚粉、/鶏もも肉、鶏ひき肉、さつまいも、たまねぎ、だいこん、板 こんにゃく、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、/牛乳125ml、/牛 乳、/コッペパン、油、きな粉、砂糖、食塩、	牛乳(以上児),牛 乳(未満児),揚げ ぱん(きな粉)	541(461) 19.3(16.3) 16.4(15.1) 5.2(4.7)
18 金	ロールパン,ハヤシシ チュー,野菜サラダ,オレンジ ジュ(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、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グ リンピース(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125ml、/牛乳、/お菓子、	牛乳(以上児),牛 乳(未満児),お菓 子	557(454) 18.8(15.6) 23.8(19.1) 6.9(5.6)
19 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)、固形ブイオン、食塩、/牛乳、	牛乳	319(272) 13.1(11.4) 12.7(11.7) 3.9(3.2)
21 月	御飯,もったいないふりか け,自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(未満	米、/かつお節(だしがら)、しょうゆ、砂糖、/かれない、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125ml、/ 牛乳、/お菓子、	牛乳(以上児),牛 乳(未満児),お菓 子	519(443) 20.9(17.8) 13.7(11.0) 3.7(3.0)
22 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125ml、/牛乳、/サンドイ ッチパン、いちごジャム、	牛乳(以上児),牛 乳(未満児),いちご ジャムサンド	568(524) 24.4(22.0) 15.1(16.0) 3.7(3.3)
23 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,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、/りんご、/バナナ、/牛乳125 ml、/牛乳、/プリン、/お菓子、	牛乳(以上児),牛 乳(未満児),プリン、 お菓子	623(566) 24.7(22.5) 22.9(20.4) 3.2(2.7)
24 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125ml、/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(以上児),牛 乳(未満児),お誕 生日ケーキ(マー ブルケーキ)	613(528) 20.7(18.0) 24.2(20.5) 4.4(3.8)
25 金	ロールパン,クリームシ チュー,大根サラダ,オレンジ ジュ(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、/みか ん缶、/牛乳125ml、/牛乳、/米、かつお節(だしがら)、砂糖、しょうゆ、/ お菓子、	牛乳(以上児),牛 乳(未満児),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)
26 土	ミートスパゲティー,野菜 スープ	スパゲティー、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)
28 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),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、/かれない、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、/みかん缶、/牛乳125ml、/牛乳、/お 菓子、	牛乳(以上児),牛 乳(未満児),お菓 子	479(413) 21.4(18.4) 9.9(8.3) 3.6(3.0)
30 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), みかんのシロップ漬(未	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、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳1 25ml、/牛乳、/ゼリー、/お菓子、	牛乳(以上児),牛 乳(未満児),りんご ゼリー,お菓子	556(489) 22.7(19.8) 13.1(11.2) 4.2(3.6)