

# 献立表

2026年04月

パドマ・ナーサリースクール

エネルギー等の表示について  
食材の変更について

()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	ロールパン,チキンカレー シチュー,ツナサラダ,バナ ナ	■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、油、 カレールウ、/キャベツ、きゅうり、ツナ水煮缶、コーン缶、油、酢、砂糖、食塩、 /バナナ、/▲牛乳125ml、/▲牛乳、/お菓子、/ゼリー、	牛乳(以上児),牛 乳(未満児),お菓 子,りんごゼリー	591(513) 20.9(17.5) 21.5(19.9) 7.2(6.3)
02 木	わかめごはん,小松菜の炒 め煮,さつまい	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、厚揚げ、砂糖、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、みりん、かつ おだし汁、/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、 /オレンジゼリー、	牛乳(以上児),牛 乳(未満児),オレンジ ゼリー×	498(445) 18.8(16.2) 15.7(14.5) 3.0(2.7)
03 金	御飯,もったいないふりか け,ローストチキン,野菜サラ ダ,たつぷり野菜と大豆の 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、/鶏もも肉、鶏ひき肉、砂糖、しよ 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、/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	541(485) 24.3(19.1) 15.7(16.1) 5.0(3.7)
04 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、しよ 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、しよ 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)
06 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、/ほうれん草、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125ml、/▲牛乳、/お菓子、	牛乳(以上児),牛 乳(未満児),お菓 子	469(405) 22.8(19.7) 10.0(8.4) 3.5(3.0)
07 火	牛丼,春雨サラダ	米、牛肉(肩ロース)、牛ひき肉、たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが、油、しよ 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、/●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	647(550) 19.6(17.4) 31.0(25.4) 2.0(1.8)
08 水	ロールパン,ハヤシシ チュー,ツナサラダ,バナナ	■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、/バナナ、/▲牛 乳125ml、/▲牛乳、/お菓子、/▲プリン、/米、かつお節(だしがら)、砂 糖、しょうゆ、	牛乳(以上児),牛 乳(未満児),お菓 子(うめ・もも・さく ら・ふじ),プリン(う め・もも・さくら・ふ	871(579) 26.7(19.7) 31.5(26.0) 7.6(6.2)
09 木	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	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、/▲牛乳125ml、/▲牛 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	591(515) 20.8(18.2) 25.6(22.4) 3.7(3.3)
10 金	にんじん御飯,じゃが芋の そぼろ煮,レタススープ,オ レンジ(以上児),みかんの シロップ漬(未満児)	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、/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	447(383) 15.7(13.1) 9.2(7.6) 5.1(4.1)
11 土	焼きそば,野菜のスープ	■焼きそばめん、豚肉(肩ロース)、豚ひき肉、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(291) 14.9(14.0) 12.9(11.4) 6.2(5.6)
13 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,りんご(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、/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、/りんご、/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	481(409) 22.2(19.4) 9.1(7.5) 3.8(2.9)
14 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(525) 24.4(20.6) 15.1(16.7) 3.7(3.3)

# 献立表

2026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 水	ロールパン,カレーシチュー,グリーンサラダ,バナナ	■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、/バナナ、/▲牛乳125ml、/▲牛乳、/お菓子、/ぶどうゼリー、	牛乳(以上児),牛乳(未満児),お菓子,ぶどうゼリー	622(518) 18.2(15.4) 24.4(19.7) 6.8(5.8)
16 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、/かれない、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、/▲牛乳、/みかん濃縮果汁、水、かんでん、水、砂糖、みかん缶、	牛乳(以上児),牛乳(未満児),オレンジゼリー	411(353) 21.0(18.4) 8.0(6.6) 3.0(2.7)
17 金	きのこごはん,さつまいもの含め煮,ほうれん草のお浸し,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、にんじん、しめじ、しいたけ、油揚げ、昆布だし汁、酒、しょうゆ(うすくち)、みりん、食塩、/さつまいも、砂糖、しょうゆ、みりん、昆布だし汁、/ほうれんそう、しょうゆ、昆布だし汁、魚粉、/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、昆布だし汁、/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	474(410) 16.0(13.8) 8.2(6.8) 8.1(7.3)
18 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)
20 月	御飯,もったいないふりかけ,白身魚の照り焼き,きんぴら,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、/かれない、酒、食塩、しょうゆ、みりん、砂糖、/にんじん、ごぼう、れんこん、さやいんげん、砂糖、しょうゆ、みりん、油、かつおだし汁、/たまねぎ、なす、油揚げ、えのきたけ、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	473(408) 21.5(18.4) 11.9(10.1) 3.4(2.8)
21 火	にんじん御飯,じゃが芋のそぼろ煮,レタススープ	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、/▲牛乳、/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)
22 水	ロールパン,ハヤシシチュー,ツナサラダ,バナナ	■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、/バナナ、/▲牛乳125ml、/▲牛乳、/お菓子、/ゼリー、	牛乳(以上児),牛乳(未満児),お菓子,りんごゼリー	631(522) 20.4(17.5) 23.8(19.2) 7.1(6.0)
23 木	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	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、/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(ビュアココア)、▲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)	606(539) 18.8(17.0) 21.8(18.8) 3.0(2.6)
24 金	御飯,マーボー豆腐,ひじきのごま和え,オレンジ(以上児),みかんのシロップ漬け(未満児)	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、/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	516(441) 19.1(16.2) 14.3(11.6) 4.4(3.7)
25 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、片栗粉、かつお節、魚粉、/▲牛乳、	牛乳	270(249) 15.0(13.8) 6.4(6.1) 1.5(1.3)
27 月	御飯,もったいないふりかけ,鮭の竜田揚げ,小松菜の割醤油和え,みそ汁,りんご(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、食塩、酒、しょうゆ、片栗粉、油、/こまつな、ごま油、厚揚げ、砂糖、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、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、/りんご、/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	531(455) 21.6(18.8) 15.1(12.9) 4.9(3.9)
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、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、/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(以上児),牛乳(未満児),フルーツかん	467(414) 14.8(12.5) 12.5(12.0) 4.3(3.9)
30 木	わかめごはん,小松菜の炒め煮,さつまい	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、/こまつな、ごま油、厚揚げ、砂糖、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし汁、/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、/■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	576(510) 22.2(19.2) 17.2(15.8) 4.8(4.3)

●-卵 ▲-乳 ■-小麦 ★-甲殻類