

献立表

2024年08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 木	わかめごはん,小松菜の炒め煮,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、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、さつまいも、たまねぎ、だいこん、板こんにやく、ねぎ、 米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、／牛乳、／ドーナツ、油、粉糖、	牛乳,ドーナツ	639(460) 21.7(17.5) 28.8(20.0) 3.6(3.0)
02 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</u> (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、／ <u>みかん缶</u> 、／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)
03 土	きつねうどん,かぼちゃのそぼろ煮	うどん、油揚げ、砂糖、しょうゆ、かつおだし汁、カットわかめ、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、／かぼちゃ、鶏ひき肉、 グリンピース、しょうゆ、砂糖、みりん、油、片栗粉、かつおだし汁、魚粉、／牛乳、	牛乳	331(303) 16.7(15.2) 9.9(9.2) 1.7(1.4)
05 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), <u>みかんのシロップ漬</u> (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、／ごまつな、 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、 ／ <u>みかん缶</u> 、／牛乳、／かっぱえびせん、	牛乳,お菓子	485(419) 23.2(19.8) 13.1(11.1) 3.1(2.6)
06 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	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、／じゃがいも、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、／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	666(578) 23.7(20.9) 23.3(20.0) 5.6(5.0)
07 水	御飯,マーボー豆腐,ひじきのごま和え,ぶどう(種無し)(以上児), <u>バナナ</u> (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、／ぶどう、／ <u>バナナ</u> 、／牛乳 125ml、／牛乳、／ゼリー、	牛乳,りんごゼリー	492(441) 18.8(16.7) 14.1(11.5) 4.1(3.9)
08 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,たっぷ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、だれず水煮缶詰、固形ブイオン、しょうゆ(うすくち)、 食塩、パセリ粉、／牛乳、／フライドポテト、油、食塩、	牛乳,フライドポテト	586(510) 24.1(19.8) 22.5(20.3) 6.0(4.8)
09 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</u> (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、ベジマールソース、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、 ／ <u>みかん缶</u> 、／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)
10 土	わかめうどん,大根と厚揚げの含め煮	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、厚揚げ、砂糖、 しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし汁、／牛乳、	牛乳	316(290) 15.2(14.0) 11.8(11.0) 1.7(1.5)
16 金	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), <u>みかんのシロップ漬</u> (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、／ <u>みかん缶</u> 、／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)
17 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)
19 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,すいか	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、ほうれん草、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、食塩、 かつおだし汁、魚粉、／すいか、／牛乳、／星型せんべい、	牛乳,お菓子	497(430) 22.9(20.0) 15.0(12.9) 3.5(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
20 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、/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	555(482) 18.5(16.6) 14.2(12.2) 8.1(7.0)
21 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), <u>みかんのシロップ漬</u> (未満児)	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、/プリン、	牛乳,プリン	520(460) 23.4(20.6) 16.4(14.5) 4.0(3.4)
22 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)
23 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</u> (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)
24 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)
26 月	御飯,もったいないふりかけ,煮魚,きんぴら,みそ汁,すいか	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、/すいか、/牛乳、/ビスケット、	牛乳,お菓子	482(417) 21.2(18.5) 9.9(8.3) 3.4(3.0)
27 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、/みかん缶、もも缶、パン缶、もも液汁缶、水、砂糖、かんてん、水、	牛乳,フルーツかん	478(443) 21.1(19.0) 13.6(14.7) 2.2(2.0)
28 水	パドマカレー,キャベツとじゃこのサラダ,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ漬</u> (未満児)	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、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/ぶどうゼリー、	牛乳,ぶどうゼリー	520(457) 15.5(13.2) 12.8(10.7) 4.7(4.0)
29 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,みそ汁	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、/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、/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	503(436) 20.8(18.2) 15.9(13.8) 2.9(2.6)
30 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</u> (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、/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)
31 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)