

献立表

2024年09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
02月	御飯,もつたいないふりかけ,煮魚,切り干し大根の煮つけ,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、/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、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	456(460) 22.5(22.1) 8.5(10.8) 4.2(2.9)
03火	御飯,もつたいないふりかけ,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、/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	519(445) 20.9(18.4) 16.4(13.7) 4.6(4.1)
04水	御飯,マーボー豆腐,ひじきのごま和え,りんご(以上児),バナナ(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、/りんご、/バナナ、/牛乳、/プリン、	牛乳,プリン	535(480) 20.9(19.0) 17.7(15.0) 4.6(3.8)
05木	御飯,もつたいないふりかけ,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	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、だいたい水煮缶詰、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)
06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け(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、/お菓子、	牛乳,お菓子	573(485) 18.6(16.0) 27.9(24.3) 7.0(5.9)
07土	わかめうどん,じゃが芋のそぼろ煮	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、/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、/牛乳、	牛乳	310(284) 15.8(14.5) 8.5(8.0) 5.2(4.5)
09月	御飯,もつたいないふりかけ,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、/オレンジ、/みかん缶、/牛乳、/お菓子、	牛乳,お菓子	487(419) 22.6(19.4) 10.8(9.1) 3.8(3.1)
10火	御飯,もつたいないふりかけ,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、/ドーナツ、油、粉糖、	牛乳,ドーナツ	619(457) 18.0(15.1) 25.7(17.4) 6.9(5.7)
11水	御飯,もつたいないふりかけ,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、	牛乳,りんごゼリー	506(439) 21.2(18.7) 13.0(11.1) 4.2(3.7)
12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、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、/サンドイッチパン、いちごジャム、	牛乳,ココアケーキ	576(485) 22.2(19.1) 17.2(14.8) 4.8(4.3)
13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),みかんのシロップ漬け(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、/お菓子、	牛乳,お菓子	456(381) 18.7(15.1) 15.3(13.5) 7.4(6.2)
14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)
17火	御飯,もつたいないふりかけ,ぶりの照り焼,切り干し大根の煮つけ,すまし汁	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、/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,フルーツかん	479(414) 21.6(18.9) 14.8(12.8) 3.2(2.8)

献立表

2024年09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
18 水	牛丼,春雨サラダ,りんご(以上児), <u>みかんのシロップ漬</u> <u>け(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>みかん缶</u> 、／牛乳、／ぶどうゼリー、	牛乳,ぶどうゼリー	570(499) 16.5(14.5) 20.0(17.4) 2.4(1.7)
19 木	パドマカレー,キャベツとじゃこのサラダ	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、／牛乳、／ホットケーキ粉、卵、牛乳(調理用)、砂糖、ココア(ピュアココア)、油、粉糖、	牛乳,いちごジャム サンド	554(496) 18.5(16.5) 15.5(13.3) 5.0(4.5)
20 金	ロールパン,ハヤシシチュー,野菜サラダ,オレンジ(以上児), <u>みかんのシロップ</u> <u>漬け(未満児)</u>	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、／ <u>みかん缶</u> 、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	557(464) 18.8(15.4) 23.8(20.3) 6.9(5.6)
21 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)
24 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、／小麦粉、砂糖、油、	牛乳,ちんすこう	576(502) 22.8(20.0) 18.3(15.9) 3.3(3.0)
25 水	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,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、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、／ゼリー、	牛乳,りんごゼリー	523(484) 23.2(21.0) 13.7(14.7) 2.5(2.2)
26 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、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 (マープルケーキ)	571(519) 17.6(15.8) 19.9(17.9) 2.5(2.2)
27 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</u> <u>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、／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)	670(414) 24.1(16.4) 19.8(17.2) 7.5(6.1)
28 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)
30 月	御飯,もったいないふりかけ,鮭の竜田揚げ,ひじきのサラダ,みそ汁,りんご(以上児), <u>みかんのシロップ</u> <u>漬け(未満児)</u>	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、／ひじき、ツナ油漬缶、にんじん、コーン缶、油、酢、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、／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、／ <u>みかん缶</u> 、／牛乳、／お菓子、	牛乳,お菓子	567(484) 22.4(19.4) 18.2(15.7) 5.5(4.4)