

8月離乳献立表(後期)

令和7年7月29日発行 木の実保育園

日付	献立名		食品名	エネルギー	たんぱく質
	おひる	おやつ		脂質	食塩相当量
01 (金)	・ツナうどん ・スティックポテト ・すいか	・バナナパンケーキ	・うどん・かつお・昆布・ツナ缶・たまねぎ・にんじん・キャベツ・しょうゆ・じゃがいも・油・食塩・すいか・小麦粉・脱脂粉乳・ベーキングパウダー・水・砂糖・バナナ	195Kcal	6.3g
				2.6g	1.0g
02 (土)	・そばろうどん ・オレンジ	・鮭わかめ軟飯	・うどん・かつお・昆布・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ・みそ・しょうゆ・オレンジ・米・わかめ・さけ	153Kcal	6.3g
				2.4g	0.6g
04 (月)	・ひじき軟飯・鮭のあけぼの煮 ・人参スティック・夏野菜の味噌汁 ・オレンジ	・おおか軟飯	・米・乾ひじき・しょうゆ・さけ・にんじん・かつお・昆布・砂糖・なす・たまねぎ・オクラ・みそ・オレンジ・かつお節	177Kcal	8.0g
				1.4g	0.6g
05 (火)	・軟飯・にんじん肉団子 ・きゅうりスティック ・味噌汁(キャベツ・玉葱・麩)・バナナ	・蒸しパン	・米・鶏ひき肉・にんじん・片栗粉・乾ひじき・かつお・昆布・しょうゆ・きゅうり・昆布・キャベツ・たまねぎ・麩・みそ・バナナ・小麦粉・ベーキングパウダー・油・砂糖・フォローアップミルク	266Kcal	8.5g
				7.3g	0.7g
06 (水)	・しらす軟飯・じゃが芋と人参のおやき ・味噌汁(小松菜・キャベツ・豆腐) ・オレンジ	・青のりおにぎり	・米・しらす干し・豆腐・にんじん・じゃがいも・片栗粉・しょうゆ・かつお・昆布・油・こまつな・キャベツ・みそ・オレンジ・あおのり	186Kcal	5.3g
				2.4g	0.6g
07 (木)	・軟飯・ささみと切り干し大根の煮物 ・人参スティック ・味噌汁(ほうれん草・玉葱・豆腐)・バナナ	・お麩ラスク	・米・ささ身・切干しだいこん・にんじん・かつお・昆布・砂糖・しょうゆ・にんじん・ほうれん草・たまねぎ・豆腐・みそ・バナナ・麩・バター	187Kcal	8.9g
				3.8g	0.7g
08 (金)	・軟飯・鮭とほうれん草の煮物 ・人参スティック・味噌汁(なす・人参) ・オレンジ	・いちごジャムサンド	・米・さけ・ほうれん草・キャベツ・食塩・かつお・昆布・片栗粉・にんじん・しょうゆ・なす・みそ・オレンジ・食パン・いちごジャム・ソイレブール	191Kcal	10.7g
				3.4g	0.9g
09 (土)	・わかめうどん ・オレンジ	・手づかみツナおにぎり	・うどん・かつお・昆布・しょうゆ・わかめ・にんじん・だいこん・長ねぎ・オレンジ・米・ツナ缶	134Kcal	5.4g
				0.5g	0.5g
12 (火)	・やさいうどん ・ヨーグルト	・食パン	・うどん・かつお・昆布・鶏肉・たまねぎ・にんじん・ほうれん草・もやし・みりん・しょうゆ・食塩・ヨーグルト・食パン	182Kcal	7.8g
				3.9g	1.0g
13 (水)	・そばろうどん ・ヨーグルト	・おせんべい	・うどん・かつお・昆布・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・ピーマン・たまねぎ・みそ・しょうゆ・ヨーグルト・鉄カルウエハース	136Kcal	6.4g
				4.2g	0.6g
14 (木)	・ちゃんぽんうどん ・ヨーグルト	・食パン	・うどん・ささ身・キャベツ・にんじん・もやし・長ねぎ・かつお・昆布・豆乳・しょうゆ・食塩・ヨーグルト・食パン	179Kcal	10.3g
				2.6g	0.9g
15 (金)	・おおかうどん・ヨーグルト	・せんべい	・うどん・ささ身・たまねぎ・にんじん・キャベツ・もやし・しょうゆ・かつお節・ヨーグルト・せんべい	106Kcal	4.1g
				1.5g	0.4g
16 (土)	・そばろうどん・オレンジ	・鮭わかめ軟飯	・うどん・かつお・昆布・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ・みそ・しょうゆ・オレンジ・米・わかめ・さけ	153Kcal	6.3g
				2.4g	0.6g
18 (月)	・ひじき軟飯・鮭のあけぼの煮 ・人参スティック・夏野菜の味噌汁 ・オレンジ	・おおか軟飯	・米・乾ひじき・しょうゆ・さけ・にんじん・かつお・昆布・砂糖・なす・たまねぎ・オクラ・みそ・オレンジ・かつお節	177Kcal	8.0g
				1.4g	0.6g
19 (火)	・軟飯・にんじん肉団子 ・きゅうりスティック ・味噌汁(キャベツ・玉葱・麩)・バナナ	・蒸しパン	・米・鶏ひき肉・にんじん・片栗粉・乾ひじき・かつお・昆布・しょうゆ・きゅうり・昆布・キャベツ・たまねぎ・麩・みそ・バナナ・小麦粉・ベーキングパウダー・油・砂糖・フォローアップミルク	266Kcal	8.5g
				7.3g	0.7g
20 (水)	・軟飯・ささみと玉ねぎの煮物 ・人参スティック ・味噌汁(切干大根・キャベツ)・オレンジ	・青のりおにぎり	・米・ささみ・にんじん・玉ねぎ・片栗粉・しょうゆ・かつお・昆布・切干大根・キャベツ・みそ・オレンジ・あおのり	186Kcal	5.3g
				2.4g	0.6g
21 (木)	・軟飯・ささみと切り干し大根の煮物 ・人参スティック ・味噌汁(ほうれん草・玉葱・豆腐)・バナナ	・お麩ラスク	・米・ささ身・切干大根・にんじん・かつお・昆布・砂糖・しょうゆ・にんじん・ほうれん草・たまねぎ・豆腐・みそ・バナナ・麩・ソイレブール	187Kcal	8.9g
				3.8g	0.7g
22 (金)	・軟飯・鮭とほうれん草の煮物 ・人参スティック ・味噌汁(なす・人参)・オレンジ	・いちごジャムサンド	・米・さけ・ほうれん草・キャベツ・食塩・かつお・昆布・片栗粉・にんじん・しょうゆ・なす・みそ・オレンジ・食パン・いちごジャム・ソイレブール	191Kcal	10.7g
				3.4g	0.9g
23 (土)	・わかめうどん ・オレンジ	・手づかみツナおにぎり	・うどん・かつお・昆布・しょうゆ・わかめ・にんじん・だいこん・長ねぎ・オレンジ・米・ツナ缶	134Kcal	5.4g
				0.5g	0.5g
25 (月)	・鶏そばろ軟飯 ・人参スティック ・味噌汁(キャベツ・葱・豆腐)・オレンジ	・パンパンケーキ	・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布・しょうゆ・キャベツ・長ねぎ・豆腐・みそ・オレンジ・小麦粉・豆乳・ベーキングパウダー・砂糖・パンアップル	179Kcal	6.3g
				2.8g	0.2g
26 (火)	・豆乳みそうどん ・ゆでブロッコリー ・ヨーグルト	・きんぴら軟飯	・中華めん・豚ひき肉・たまねぎ・こまつな・にんじん・甘みそ・しょうゆ・豆乳・食塩・ブロッコリー・昆布だし・片栗粉・ヨーグルト・米・ごぼう・にんじん	245Kcal	9.4g
				5.1g	0.6g
27 (水)	・軟飯・鮭の味噌煮・人参スティック ・味噌汁(じゃが芋・キャベツ・玉葱) ・バナナ	・おおか軟飯	・米・さけ・たまねぎ・にんじん・キャベツ・みそ・片栗粉・かつお・昆布・しょうゆ・じゃがいも・バナナ・かつお節	192Kcal	8.2g
				1.5g	0.6g
28 (木)	・豆乳シチュー ・きゅうりスティック ・オレンジ	・バナナパンケーキ	・ささ身・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・豆乳・食塩・片栗粉・きゅうり・昆布・しょうゆ・オレンジ・小麦粉・脱脂粉乳・ベーキングパウダー・砂糖・バナナ・バター	143Kcal	7.8g
				2.9g	0.2g
29 (金)	・麻婆軟飯 ・人参スティック ・味噌汁(なす・えのき・玉葱)・バナナ	・蒸しパン	・米・鶏ひき肉・にんじん・長ねぎ・食塩・しょうゆ・みそ・豆腐・片栗粉・かつお・昆布・なす・えのき・たまねぎ・みそ・バナナ・小麦粉・ベーキングパウダー・油・砂糖・フォローアップミルク	299Kcal	9.2g
				7.6g	0.8g
30 (土)	・そばろうどん ・オレンジ	・鮭わかめ軟飯	・うどん・かつお・昆布・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ・みそ・しょうゆ・オレンジ・米・わかめ・さけ	153Kcal	6.3g
				2.4g	0.6g

※食材の調達状況により、食材・メニュー変更になることがあります。