令和	7年5月	献立表	青い鳥保育	育園(離乳初期
日付曜日	午前食	材料名	午後食	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
1 木	7倍粥 かぶのスープ 高野豆腐と野菜のつぶし	米、水、/水、かぶ・根、/凍り豆腐、キャベツ、こまつな、水、片栗粉、水、/ 育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	310 7.8 14.9
2	煮 ミルク 7倍粥	米、水、/水、キャベツ、/焼ふ、人参、たまねぎ、水、片栗粉、水、/育児用ミ	ミルク	0.4
金	キャベツのスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	ルク、/育児用ミルク、		7.6 14.6 0.4
7 水	7倍粥 大根のスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッ	米、水、/水、大根、/凍り豆腐、じゃがいも、キャベツ、水、/育児用ミルク、 /育児用ミルク、	ミルク	316 8
	シュミルク	V + (+ +++* (+6A   A 7   C + ( + m) + ( - ( + m) + ( - ( + m) + ( + ( + ( + m) + ( + ( + ( + ( + ( + ( + ( + ( + ( +	Su 6	14.9 1.6
8 木	7倍粥 玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	※、水、/水、たまねぎ、/白身魚、人参、チンゲンサイ、水、片栗粉、水、/ 育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	315 9.3 14.7
9 金	7倍粥 人参と小松菜のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、人参、こまつな、/焼ふ、じゃがいも、たまねぎ、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	0.4 313 7.8 14.6
10 ±	7倍粥 人参のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし	米、水、/水、人参、/凍り豆腐、キャベツ、たまねぎ、水、片栗粉、水、/育児 用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	1.3 312 7.8 14.9
12	煮 ミルク 7倍粥	米、水、/水、たまねぎ、ほうれんそう、/凍り豆腐、さつまいも、人参、水、/	ミルク	0.5
月	玉葱とほうれん草のスープ 高野豆腐とさつま芋のマッ シュ	育児用ミルク、/育児用ミルク、		8 14.9
13	ミルク 7倍粥 かぶのスープ	   米、水、/水、かぶ・根、/木綿豆腐、キャベツ、人参、水、片栗粉、水、/育児  用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	0.7 316
火	豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク			8.3 15.3
4	7倍粥 人参のスープ	**、水、/水、人参、/ 白身魚、トマト、たまねぎ、水、片栗粉、水、/ 育児用ミルク、/ 育児用ミルク。	ミルク	0.6 316
水	白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク			9.2 14.7 0.4
15 木	7倍粥 玉葱のスープ	米、水、/水、たまねぎ、/しらす干し、人参、こまつな、水、片栗粉、水、/育 児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	310 8.1
71	しらすと野菜のつぶし煮 ミルク			14.6 0.4
6 金	7倍粥 人参と玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、たまねぎ、/白身魚、キャベツ、たまねぎ、水、片栗粉、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	316 9.3 14.7
17 ±	7倍粥	米、水、/水、キャベツ、/焼ふ、じゃがいも、人参、水、/育児用ミルク、/育 児用ミルク、	ミルク	0.4 312
	キャベツのスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	JUN - 107		7.8 14.6
19	7倍粥 玉葱とチンゲンサイのスー	米、水、/水、たまねぎ、チンゲンサイ、/焼ふ、人参、かぶ・根、水、片栗粉、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	1.3 309 7.6
	ブ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク			14.6 0.4
火	7倍粥 人参と玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、たまねぎ、/白身魚、キャベツ、ほうれんそう、水、片栗 粉、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	315 9.3 14.7
21	7倍粥 大根のスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッ シュ	来、水、/水、大根、/凍り豆腐、じゃがいも、キャベツ、水、/育児用ミルク、 /育児用ミルク、	ミルク	0.5 316 8 14.9
22	フェー ミルク 7倍粥	米、水、/水、たまねぎ、/白身魚、人参、チンゲンサイ、水、片栗粉、水、/	ミルク	1.6 315
木	玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	育児用ミルク、/育児用ミルク、		9.3 14.7
23 金	7倍粥 人参と小松菜のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ	米、水、/水、人参、こまつな、/焼ふ、じゃがいも、たまねぎ、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	0.4 313 7.8
24	ミルク 7倍粥	米、水、/水、人参、/凍り豆腐、キャベツ、たまねぎ、水、片栗粉、水、/育児	ミルク	14.6 1.3 312
±	人参のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし 煮	本、ハ・ノ バ、ベッシ、 ペッシュ 間、 TV、ノ、たよねと、ハ、月末切、ハ、ノ 日ル 用ミルク、/ 育児用ミルク、		7.8 14.9
26 月	ミルク 7倍粥 玉葱とほうれん草のスープ ミューラ できる マッ	**、水、/水、たまねぎ、ほうれんそう、/凍り豆腐、さつまいも、人参、水、/ 育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	0.5 327 8 14.9
27	シュ ミルク 7倍粥	米、水、/水、かぶ・根、/木綿豆腐、キャベツ、人参、水、片栗粉、水、/育児	ミルク	0.7 316
火	かぶのスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	用ミルク、/育児用ミルク、		8.3 15.3
28	7倍粥 人参のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、/白身魚、トマト、たまねぎ、水、片果粉、水、/育児用ミルク、 パン、/育児用ミルク、	ミルク	0.6 316 9.2 14.7
29	7倍粥 玉葱のスープ しらすと野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、たまねぎ、/しらす干し、人参、こまつな、水、片栗粉、水、/育 児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	0.4 310 8.1 14.6
30 金	7倍粥 人参と玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮	米、水、/水、人参、たまねぎ、/白身魚、キャベツ、たまねぎ、水、片栗粉、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	0.4 316 9.3
31	ミルク 7倍粥 キャベツのスープ	米、水、/水、キャベツ、/焼ふ、じゃがいも、人参、水、/育児用ミルク、/育 児用ミルク、	ミルク	14.7 0.4 312
土	麩とじゃが芋のマッシュ ミルク			7.8 14.6

<sup>\*</sup>食事には、麦茶がつきます。
\*献立は園の行事・その他の都合で、多少変更することもございますので、ご了承ください。