

献立表

令和7年8月

青い鳥保育園(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 金	7倍粥 ズッキーニのスープ 白身魚と人参のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、ズッキーニ、／白身魚、人参、水、片栗粉、水、／育児用ミルク、	ミルク	315 9.3 14.7 0.4
2 土	7倍粥 人参のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、／水、人参、／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	313 7.7 14.6 1.3
4 月	7倍粥 かぼちゃのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、かぼちゃ、／白身魚、人参、たまねぎ、水、片栗粉、水、／育児 用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	321 9.4 14.7 0.6
5 火	7倍粥 人参と玉葱のスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッ シュ ミルク	米、水、／水、人参、たまねぎ、／凍り豆腐、じゃがいも、キャベツ、人参、水、 ／育児用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	318 8 14.9 1.7
6 水	7倍粥 人参のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、人参、／木綿豆腐、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	318 8.3 15.3 0.6
7 木	7倍粥 かぼちゃのスープ 白身魚と玉葱のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、かぼちゃ、／白身魚、たまねぎ、水、片栗粉、水、／育児用ミル ク、／育児用ミルク、	ミルク	321 9.4 14.7 0.5
8 金	7倍粥 玉葱と小松菜のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、たまねぎ、こまつな、／焼ふ、人参、キャベツ、水、片栗粉、水、 ／育児用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	309 7.6 14.6 0.5
9 土	7倍粥 じゃが芋と玉葱のスープ 高野豆腐と人参のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、じゃがいも、たまねぎ、／凍り豆腐、人参、水、片栗粉、水、／育 児用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	314 7.8 14.9 0.8
12 火	7倍粥 キャベツのスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、キャベツ、／焼ふ、人参、たまねぎ、水、片栗粉、水、／育児用 ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	310 7.6 14.6 0.4
13 水	7倍粥 人参のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、／水、人参、／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	313 7.7 14.6 1.3
14 木	7倍粥 冬瓜と玉葱のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、とうがん、たまねぎ、／木綿豆腐、人参、キャベツ、水、片栗粉、 水、／育児用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	317 8.4 15.3 0.6
15 金	7倍粥 ズッキーニのスープ 白身魚と人参のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、ズッキーニ、／白身魚、人参、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 0.4
16 土	7倍粥 人参のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、／水、人参、／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	313 7.7 14.6 1.3
18 月	7倍粥 かぼちゃのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、かぼちゃ、／白身魚、人参、たまねぎ、水、片栗粉、水、／育児 用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	321 9.4 14.7 0.6
19 火	7倍粥 かぼちゃと玉葱のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、かぼちゃ、たまねぎ、／焼ふ、人参、キャベツ、水、片栗粉、水、 ／育児用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	313 7.7 14.6 0.5
20 水	7倍粥 人参のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、人参、／木綿豆腐、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	318 8.3 15.3 0.6
21 木	7倍粥 かぼちゃのスープ 白身魚と玉葱のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、かぼちゃ、／白身魚、たまねぎ、水、片栗粉、水、／育児用ミル ク、／育児用ミルク、	ミルク	321 9.4 14.7 0.5
22 金	7倍粥 玉葱と小松菜のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、たまねぎ、こまつな、／焼ふ、人参、キャベツ、水、片栗粉、水、 ／育児用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	309 7.6 14.6 0.5
23 土	7倍粥 じゃが芋と玉葱のスープ 高野豆腐と人参のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、じゃがいも、たまねぎ、／凍り豆腐、人参、水、片栗粉、水、／育 児用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	314 7.8 14.9 0.8
25 月	7倍粥 人参と小松菜のスープ 豆腐と玉葱のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、人参、こまつな、／木綿豆腐、たまねぎ、水、片栗粉、水、／育 児用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	317 8.4 15.3 0.6
26 火	7倍粥 キャベツのスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、キャベツ、／焼ふ、人参、たまねぎ、水、片栗粉、水、／育児用 ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	310 7.6 14.6 0.4
27 水	7倍粥 玉葱とチンゲンサイのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、たまねぎ、チンゲンサイ、／白身魚、人参、ズッキーニ、水、片 栗粉、水、／育児用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	314 9.3 14.7 0.4
28 木	7倍粥 冬瓜と玉葱のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、とうがん、たまねぎ、／木綿豆腐、人参、キャベツ、水、片栗粉、 水、／育児用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	317 8.4 15.3 0.6
29 金	7倍粥 トマトのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、トマト、／白身魚、人参、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	314 9.3 14.7 0.4
30 土	7倍粥 人参とチンゲンサイのスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッ シュ ミルク	米、水、／水、人参、チンゲンサイ、／凍り豆腐、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	317 8 14.9 1.7

* 食事には、麦茶がつかます。

* 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。