		_	_		_	_
슦	籶	7	年	1	n	Ħ

令和	7年10月	献 立 表	青い鳥保育園(離乳中期		
田付曜日	午前食	材料名	午後食	エネルギー たんぱく§ 脂質	
1	5倍粥	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき	パン粥	食物繊維 373	
水	玉葱のスープ 鶏挽肉と豆腐のケチャップ 煮 ミルク	肉、片栗粉、水、木綿豆腐、人参、たまおぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗 粉、水、/育児用ミルク、/パンズパン、水、/水、削り節(だし用)、人参、しょ うゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、さつまいも、たまわぎ、水、削り節(だし用)、三 温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	人参のスープ さつま芋のそぼろ煮 ミルク	12.1 12.7 1.7	
2	5倍粥 人参と大根のすまし汁	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、大根、しょうゆ、/白身 魚、人参、さやいんげん、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、	みそ煮込みうどん 鶏挽肉と野菜の煮物	343	
木	白身魚の野菜煮	魚、人参、さやいんげん、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、 一育児用ミルク、/干しうどん、水、削り節(だし用)、キャベツ、みそ、/鶏ひ き肉、片栗粉、水、人参、大根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗	ボイルポテト ミルク	11.6 11.2	
		粉、水、/じゃがいも、/育児用ミルク、		2.4	
3	5倍粥 かぽちゃと玉葱のみそ汁	米、水、/水、煮干し(だし用)、かぼちゃ、たまねぎ、みそ、/鶏ひき肉、片栗 粉、水、焼ふ、人参、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片	パン粥 切干大根と人参のスー	367	
金	鶏挽肉と麩の煮物 ミルク	栗粉、水、/育児用ミルク、/食パン、水、/水、削り節(だし用)、切り干しだいこん、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、かぼちゃ、たまねぎ、水、削	プ 鶏挽肉と野菜の煮物	12 12.3	
	77.7	り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	ミルク	2.1	
4 ±	5倍粥 人参のすまし汁 じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、しょうゆ、/ 繋むき肉、片 実粉、水、じゃがいも、たまねぎ、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょ うゆ、片栗粉、水、/ 育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、こ まつな、しょうゆ、/ ツナ油漬缶、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温	5倍粥 人参と小松菜のスープ ツナと野菜の煮物 ミルク	371 11.5 13.6	
^	5倍粥	糖、片栗粉、水、/育児用ミルク、 米、水、/水、鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、たまねぎ、じゃがいも、米粉、水、	5倍粥	2.2 375	
6 月	シチュー キャベツとさやいんげんの 煮浸し	牛乳、塩、/キャベツ、さやいんげん、水、削り節(だし用) しょうゆ、/育児用 ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、キャベツ、さやいんげん、みそ、、熟 ひき肉、片栗粉、水、焼ふ、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖・しょ	キャベツとさやいんげん	12.1 12.6	
7	ミルク 5倍粥	5ゆ、片栗粉、水、/ 育児用ミルク、 米、水、/ 水、煮干し(だし用)、大根、みそ、/ 鶏ひき肉、片栗粉、水、木綿豆	ミルク 5倍粥	2.2 353	
火	大根のみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	腐、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育 児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、/鶉 ひき肉、片栗粉、水、大根、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、 片栗粉、水、/育児用ミルク。	人参とキャベツのスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	11.8	
8	5倍粥	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、かぶ・根、たまねぎ、しょうゆ、	パン粥	1.3 346	
水	かぶと玉葱のすまし汁 白身魚の野菜煮 ミルク	✓ 白身魚、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/ 育児用ミルク、/ 食パン、水、/ 水、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、/ 第0 きゅう。 ト栗粉、水、人参、かぶ・根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/ 育児用ミルク、	玉葱と小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	11.4 11.8 1.5	
9	5倍粥	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、みそ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、はくさ	5倍粥	360	
木	人参のみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	い、ほうれんそう、水、削り節(方し用)、三温糖 しょうゆ、片栗粉、水、/育児 用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、ほうれんそう、しょうゆ、 /難しき肉、片栗粉、水、さつまいも、人参、水、削り節(だし用)、三温糖、しょ うゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	玉葱とほうれん草のす まし汁 さつま芋のそぼろ煮 ミルク	11.4 11.6 1.6	
10	5倍粥 人参と玉葱のスープ	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、/白 身魚、人参、ブロッコリー、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、	パン粥 玉葱とブロッコリーの	352	
金	人参と玉窓のスーク 白身魚の野菜煮 ミルク	る 然、人参、ノーノーリー、、、所りかいしたのが、三血糖、じょりが、ハ来切、 水、/育児用馬いク、ノーッペパン、水、ノ水、削り節だし用)、たまねぎ、ブ ロッコリー、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、たまねぎ、水、三温糖、 ケチャップ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	スープ 鶏挽肉と野菜のケチャッ プ煮	12 11.9	
11	5倍粥	米、水、/水、煮干し(だし用). さつまいも. たまわぎ みそ /塾アハキホ吶 吐	ミルク 5倍粥	2.1 362	
±	さつま芋と玉葱のみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物	米、水、水、煮干し(だし用)、さつまいも、たまねぎ、みそ、/ 鶏ひき肉、片 栗粉、水、人参、かぶ・根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、 水、/ 育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、しょうゆ、/ 鶏ひ	人参のスープ 鶏挽肉と高野豆腐の煮	362 11.6	
	ミルク	水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、しょうゆ、/鶉ひき肉、片栗粉、水、凍り豆腐、かぶ・根、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	物 ミルク	11.9 1.3	
14 5倍粥 人参と白菜のみそ	人参と白菜のみそ汁	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、はくさい、みそ、/ 白身魚、かぼちゃ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/ 育児用ミルク、/ 米、水、/ 水、削り節(だし用)、たまねぎ、チンゲンサイ、しょうゆ、/ 鵝ひき肉、片	5倍粥 玉葱とチンゲンサイの	352 11.4	
^	白身魚とかぼちゃの煮物 ミルク	水、/水、削り節(たし用)、たまねき、チンケンサイ、しょつゆ、/ 鶏ひき肉、片 栗粉、水、人参、はくさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、 水、/育児用ミルク、	スープ 鶏挽肉と野菜の煮物	11.2	
15	5倍粥	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき	ミルク パン粥	1.5 373	
水	玉葱のスープ 鶏挽肉と豆腐のケチャップ 煮	肉、片栗粉、水、木綿豆腐、人参、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗 粉、水、/育児用エルウ、ノバンズパン、水、ノ水、削り節だごし用)、人参、しょ うゆ、/類ひき肉、片栗粉、水、さつまいも、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三 温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルウ、	人参のスープ さつま芋のそぼろ煮 ミルク	12.1 12.7	
16	ミルク 5倍粥	米、水、/水、昆布(だし用)、削り筋(だし用)、人参、大根、しょうゆ、/白身	みそ煮込みうどん	1.7 343	
木	人参と大根のすまし汁 白身魚の野菜煮 ミルク	魚、人参、さやいんげん、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、 / 育児用ミルク、/ 干しうどん、水、削り節(だし用)、キャベツ、みそ、/ 鶉(い 吉肉、片栗粉、水、人参、大根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗 粉、水、/ じゃがいも、/ 育児用ミルク、	鶏挽肉と野菜の煮物 ボイルポテト ミルク	11.6 11.2 2.4	
17	5倍粥	米、水、/水、煮干し(だし用)、かぼちゃ、たまねぎ、みそ、/鶏ひき肉、片栗	パン粥	367	
金	かぼちゃと玉葱のみそ汁 鶏挽肉と麩の煮物 ミルク	粉、水、焼ふ、人参、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片 栗粉、水、/育児用ミルク、/食パン、水、/水、削り節(だし用)、切り干しだ いこん、人参、しょうゆ、/難ひき肉、片栗粉、水、かぼちゃ、たまねぎ、水、削 り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	切干大根と人参のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	12 12.3 2.1	
	5倍粥	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、片	5倍粥	371	
±	人参のすまし汁 じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	栗粉、水、じゃがいも、たまねぎ、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、こまつな、しょうゆ、/ツナ油漬缶、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、片栗粉、水、/育児用ミルク、	人参と小松菜のスープ ツナと野菜の煮物 ミルク	11.5 13.6 2.2	
20	5倍粥	米、水、/水、鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、たまねぎ、さつまいも、米粉、水、	5倍粥	385	
月	さつま芋シチュー 人参とさやいんげんの煮 浸し ミルク	牛乳、塩、/人参、さやいんげん、水、削り節(だし用)、しょうゆ、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、さやいんげん、みそ、/ 鶏 ひき肉、片栗粉、水、焼ふ、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	玉葱とさやいんげんの みそ汁 鶏挽肉と麩の煮物 ミルク	11.9 12.5 1.6	
21	5倍粥	  米、水、/水、煮干し(だし用)、大根、みそ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、木綿豆	5倍粥	353	
火	大根のみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	蔵、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育 児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、/鶏 ひき肉、片栗粉、水、大根、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、 片栗粉、水、/育児用ミルク、	人参とキャベツのスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	11.8 12 1.3	
22	5倍粥	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、かぶ・根、たまねぎ、しょうゆ、	パン粥	346	
水	かぶと玉葱のすまし汁 白身魚の野菜煮 ミルク	✓ 白身魚、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、角度用ミルク、食べン、大水、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、/繋むき肉、片栗粉、水、人参、かぶ・根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、グ育児用ミルク、	玉葱と小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	11.4 11.8 1.5	
23	5倍粥	**、水、/水、煮干し(だし用)、人参、みそ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、はくさ い、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児	5倍粥	360	
木	人参のみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	し、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖(しょうゆ、片楽粉、水、/育児 用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、ほうれんそう、しょうゆ、 ン難しき肉、片栗粉、水、さつまいも、人参、水、削り節(だし用)、三温糖、しょ うゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	玉葱とほうれん草のすまし汁 さつま芋のそぼろ煮	11.4 11.6 1.6	
24	5倍粥	************************************	ミルク パン粥	352	
24 金	人参と玉葱のスープ 白身魚の野菜煮 ミルク	身魚、人参、ブロッコリー、水、削り節ださし用、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルウ、ノコッペパン、水、/水、削り節ださし用、たまねぎ、ブロッコリー、しょうゆ、/難ひき肉、片栗粉、水、人参、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	玉葱とブロッコリーの スープ 鶏挽肉と野菜のケチャップ煮	12 11.9	
	r /# 310		ミルク	2.1	
25 ±	5倍粥 さつま芋と玉葱のみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、水、煮干し(だし用)。さつまいも、たまねぎ、みそ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、かぶ、根、水、削り節(たし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルケ、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、凍り豆腐、かぶ、根、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温	5倍粥 人参のスープ 鶏挽肉と高野豆腐の煮 物	362 11.6 11.9	
07		糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、 米、水、/水、足布(だし用)、削り節(だし用)、人参、こまつな、しょうゆ、/鶏	ミルク	1.3	
27 月	5倍粥 人参と小松菜のスープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	ひき肉、片栗粉、水、木綿豆腐、人参、大根、水、削り節がだし用)、三温糖、 しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/干しうどん、鶏ひき肉、片栗粉、水、 にまつな、水、削り節がだし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/水、削り節	あんかけうどん 大根のスープ ボイル人参 ミルク	347 12 12	
00		(だし用)、大根、しょうゆ、/人参、/育児用ミルク、 米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、はくさい、みそ、/白身魚、かぼちゃ、		1.6	
28 火	5倍粥 人参と白菜のみそ汁 白身魚とかぼちゃの煮物 ミルク	水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、 水、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、チンゲンサイ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片 栗粉、水、人参、はくさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、	5倍粥 玉葱とチンゲンサイの スープ 鶏挽肉と野菜の煮物	352 11.4 11.2	
20	5倍粥	水、/育児用ミルク、 米、水、/水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗	ミルクパン粥	1.5	
29 水	人参とキャベツのスープ 鶏挽肉とじゃが芋のケ チャップ煮	粉、水、じゃがいも、ブロッコリー、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、、/ 育児用ミルク、/ 食パン、水、/ 水、削り節(だし用)、ブロッコリー、たまねぎ、しょうゆ、/ 弾ひき肉、片栗粉、水、人参、キャベツ、水、削り節(だし	ブロッコリーと玉葱の スープ 鶏挽肉と野菜の煮物	359 12.1 12.3	
20	ミルク 5倍粥	用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、 米、水、/水、煮干し(だし用)、たまねぎ、切り干しだいこん、みそ、/白身	ミルク 5倍粥	2.8 348	
30	5日別 玉葱と切干大根のみそ汁 白身魚の野菜煮 ミルク	木、ハ、ノ か、魚丁 し(こと) けいこまねさ、90 プリビン・ハ、タモ、ノ 日身 魚、人参 はくさい、水 削り節 げと用)、三温糖、しょうゆ、片葉粉、水、戸 児用ミルク、/米、水、ベ ・	白菜と人参のすまし汁 肉団子と野菜の煮物 ミルク	11.4 11.2	
31	5倍粥	ゆ、万米砂、水、ノ 育児用ミルク、 米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、生わかめ、しょうゆ、/	パン粥	1.6 356	
金	人参とわかめのすまし汁 豆腐と野菜のみそそぼろ	親ひき肉、片栗粉、水、木綿豆腐、大根(ほうれんそう、水、削り節(だし用)、 三温糖、みそ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/食パン、水、/水、削り節(だ し用)、大根、ほうれんそう、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、水、削り	大根とほうれん草の スープ	12.1	
	煮		鶏挽肉と人参の煮物	12.7	

<sup>|</sup> ミルソ \*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。