	_					_
4	ŧΠ	7	年	11	n	8

令和	7年10月	献立表	青い鳥保育園(	雛乳後期)
日付	午前食	材料名	午後食	エネルギー たんぱく質 脂質
曜日	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	バンズパン	食物繊維 365
· 水	玉葱のスープ 鶏挽肉と豆腐のケチャップ 煮 ミルク	肉、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 用ミルク、/バンズバン、/水、削り節 (だし用)、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、 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、/ 育児用ミルク、	人参のスープ さつま芋のそぽろ煮 ミルク	12.9 10.5 2.3
2 木	5倍粥 人参と大根のすまし汁 魚の野菜煮 ミルク	来、水、/水、昆布(だL用)、刷り節(だL用)、人参、大橋、しょうか、/魚、人 参、さやいんげん、水 削り節(だL用)、三温能、止らずの、片葉粉、水、/育 児用ミルク、/干しうどん、水、削り節(だL用)、キャベツ、みそ、/鶏ひき肉、 人参、大橋、水、削り節(だL用)、三温糖、しょうゆ、片葉粉、水、/しゃがい も、/育児用ミルク。	みそ煮込みうどん 鶏挽肉と野菜の煮物 ボイルポテト ミルク	350 13.2 10 3.4
3 金	5倍粥 かぼちゃと玉葱のみそ汁 鶏挽肉と麩の煮物 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、かぼちゃ、たまねぎ、みそ、/鶏ひき肉、焼 ふ、人参、ほうれんそう。水、削り節にだし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、 /育児用ミルク、/食・バン、/水、削り節にだし用、切り干したいこん。人参、 しょうゆ、/鶏ひき肉、かぼちゃ、たまよぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょ うゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク。	トースト 切干大根と人参のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物	360 13.3 10.1
4 ±	5倍粥 人参のすまし汁 じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	※、水、/水、昆布(だし用、削り節(だし用)、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、 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、片葉 が、水、/角(用乳リク、/米、水)、水(削り筋(たし用)、人参、こまつな、 しょうゆ、パツナ油漬缶、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、片栗 砂、水、/角(用乳リク、)	ミルク 5倍粥 人参と小松菜のスープ ツナと野菜の煮物 ミルク	2.7 374 12.9 12.2 2.7
6 月	5倍粥 シチュー キャベツとさやいんげんの 煮浸し	米、水、/水、鶏ひき肉、人参、たまねぎ、じゃがいも、米粉、水、牛乳、塩、/ キャベツ、さやいんげん、水、削り節(だし用)、しょうゆ、/ 育児用コルク、/ 米、水、/水、削り節(だし用)、キャベツ、さやいんげん。みそ、/ 類しき肉、 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、	5倍粥 キャベツとさやいんげん のみそ汁 鶏挽肉と麩の煮物	373 13.4 10.5
7 火	ミルク 5倍粥 大根のみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	来、水、/水、煮干し(だし用)、大根、みそ、/鶏(ひき肉、木綿豆腐、人参、 キャベツ、水、削り節(だし用)、三温能、しょうゆ、片葉粉、水、/育児用ニル ク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、別もき肉、 片葉粉、水、大根、たまむぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片葉粉、水、/ 常児用見いク、	ミルク 5倍粥 人参とキャベツのスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	2.8 347 12.7 9.8
8 水	5倍粥 かぶと玉葱のすまし汁 魚の野菜煮 ミルク	※、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、かぶ・根、たまねぎ、しょうゆ、/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、/角児用ミルク、食べら、/水、削り節(だし用)、ままねぎ、こまつな、レようゆ、/張いき肉、人参、かぶ・根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/角川用・ルク。	トースト 玉葱と小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	1.7 344 12.6 10.6
9 木	5倍粥 人参のみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	ない、ホント ヨルロ・トン・ 米、水・/水、素干しだと用)、人参、みそ、/隣りき肉、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、/ 育児用ミルク・ 米、水・/水、 門り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/ 育児用ミルク・ 海、さっまいも、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	2 354 12.9 9.4
10	5倍粥 人参と玉葱のスープ 魚の野菜煮 ミルク	※、水、水、見布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、/ 魚、人参、ブロッコリー、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗砂、水 「育児用ミルク・ノコッペパン、/ 水、削り節(だし用)、たまねぎ、ブロッコ リー、しょうゆ、/ 難いき肉、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。	ミルク コッペパン 玉葱とブロッコリーの スープ 鶏挽肉と野菜のケチャッ ラルク	2.1 354 13.5 10.7 2.8
11 ±	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、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、/鶏ひき肉、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、	ミルク 5倍粥 人参のスープ 鶏挽肉と高野豆腐の煮 物 ミルク	355 12.6 9.6 1.8
14 火	5倍粥 人参と白菜のみそ汁 魚とかぼちゃの煮物 ミルク	来、水、水、来干した上用)、人参、はさい、みそ、ノ魚、かはちゃ、水、刷 り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片葉粉、水、/育児用ミルク・ノ米、水、 水、例り節(だし用)、たまねぎ、チンゲンサイ、しょうゆ、/猫はき肉、人参、は くさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片葉粉、水、/育児用ミルク、	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 ミルク	356 12.7 9.9 2
15 水	5倍粥 玉葱のスープ 鶏挽肉と豆腐のケチャップ 煮 ミルク	来、水、/水、昆布(だし用)、柳川館(だし用)、たまねぎ、Lとうか、/端しき 成、木棹豆腐、人参、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片葉粉、水、/有児 用ミルウ、/パシズパン、/水、柳川館(だし用)、人参、Lようゆ、/満以き肉、 さつまいも、たまねぎ、水、柳川館(だし用)、二温糖、しょうゆ、片葉粉、水、/ 育児用ミルク、	パンズパン 人参のスープ さつま芋のそぼろ煮 ミルク	365 12.9 10.5 2.3
16	5倍粥 人参と大根のすまし汁 魚の野菜煮 ミルク	来、水、/水、昆布(だ)。用、削り筋(だ)。用)、人参、大橋、しようゆ、/魚、人 参、さやいんげん、水、削り筋(だ)。用、三温糖、しょうゆ、片葉粉、水、/ 育 児用ミルク、/干しえどん、水、削り筋(だ)に用)、キャベツ、みそ、/鶏はき肉、 人参、大根、水、削り筋(だ)に用)、三温糖、しょうゆ、片葉粉、水、/じゃがい も、/育児用ミルク、	みそ煮込みうどん 鶏挽肉と野菜の煮物 ボイルポテト ミルク	350 13.2 10 3.4
17 金	5倍粥 かぼちゃと玉葱のみそ汁 鶏挽肉と麩の煮物 ミルク	来、水、水、煮干し(だし用)、かぼちゃ、たまねぎ、みそ、/薬しき肉、焼 水、人参、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗砂、水 /育児用ミルウ、/食いと、/水、削り節(だし用)、切り干したいこん。人参、 しょうゆ、/薬しき肉、かぼちゃ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょ うゆ、片栗砂、水、/育児用ミルツ	トースト 切干大根と人参のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	360 13.3 10.1 2.7
18 ±	5倍粥 人参のすまし汁 じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	来、水、/水、昆布(だ)、用、削削筋(だ)、用)、人参、しょうゆ / 強ひき肉 じゃがいも、たまねぎ、こまつな、水、削り筋(だ)、用)、三温糖、しょうゆ、片栗 粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り筋(だ)、用)、たるこまつな しょうゆ、パツナ油浸布、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。	5倍粥 人参と小松菜のスープ ツナと野菜の煮物 ミルク	374 12.9 12.2 2.7
20 月	5倍粥 さつま芋シチュー 人参とさやいんげんの煮 浸し ミルク	来、水、一水、難心き肉、人参、たまねぎ、さつまいも、米粉、水、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)、こまねぎ、さやいんげん。みそ、ノ薬いき肉、焼み、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片葉粉、水、/ 育児用ミルク・	5倍粥 玉葱とさやいんげんの みそ汁 鶏挽肉と麩の煮物 ミルク	385 13.2 10.5 2.1
21 火	5倍粥 大根のみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	来、水、/水、煮干しだ上用、大根、みそ、/ 霜込き肉、末核巨腐、人参・ キャベツ、水、削り節(だ上用)、三温糖、しょうか、片栗砂、水、一角児用ミレ ク、米、水、/水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、/ 難ひき肉、 片栗粉、水、大根、たまむぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、 水、/ 胃児用ミル	5倍粥 人参とキャベツのスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	347 12.7 9.8 1.7
22 水	5倍粥 かぶと玉葱のすまし汁 魚の野菜煮 ミルク	来、水、/水、昆布(だL用)、削り筒(たL用)、かぶ・根、たまねぎ、しょうゆ、 /金、人参、こちつな、水、削り筒(だL用)、三温燥、しょうゆ、片栗粉、水、/ 育児用ミ・ルク・/食・心、/水、削り筒(だL用)、たまねぎ、こまつな、しょう ゆ、/蝿ひき肉、人参、かぶ・根、水、削り筒(だL用)、三温糖、しょうゆ、片栗 粉、水、/育児用ミルク。	トースト 玉葱と小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	344 12.6 10.6 2
23 木	5倍粥 人参のみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	※、水、一水、素干し(だし用)、人参、みそ、一環以き肉、ほぐはい、ほうれんそう、水、削削(が(に用)、三温線、止らか、片栗粉、水、/育児用等ルク、 米、水、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、ほうれんそう、しょうゆ、/繋ひき 肉、さっまいも、人参、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/ 育児用まレク、	5倍粥 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	354 12.9 9.4 2.1
24 金	5倍粥 人参と玉葱のスープ 魚の野菜煮 ミルク	来、水、ノ水、昆布(だし用)、削り筒(だし用)、人参、たまねぎ、レミ7ゆ、 塩、人参、ブロッリー、米、削り節(た旧)、三温能、レよ7ゆ、大泉粉、水、 / 育児用ミルク、ノコッパくシ、ノ水、削り節(だし用)、たまねぎ、ブロッコ リー、しよ70か、、発むき肉、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、	コッペパン 玉葱とブロッコリーの スープ 鶏挽肉と野菜のケチャッ ブ煮	354 13.5 10.7 2.8
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、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、/鶏ひき肉、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、	ミルク 5倍粥 人参のスープ 鶏挽肉と高野豆腐の煮 物	355 12.6 9.6 1.8
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	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、こまつな、しょうゆ、/鶏 ひき肉、木楠豆腐、人参、大根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片葉 水、水 (育用用ルク、千日)之が、類かき肉、こまつな、水、削り節(だし 用)、三温糖、しょうゆ、片葉粉、水、/水、削り節(だし用)、大根、しょうゆ、/ 人参、/ 肉(用毛)より。	あんかけうどん 大根のスープ ボイル人参 ミルク	339 13 9.7 2.2
28 火	5倍粥 人参と白菜のみそ汁 魚とかぼちゃの煮物 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、はくさい、みそ、/魚、かぽちゃ、水、削 切節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片葉粉、水、/育児用をルウ、/米、水、/ 水、削り節(だし用)、たまねぎ、ナンゲンサイ、しょうゆ、人類も含め、人参、は くさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片葉粉、水、/育児用モルク、	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 ミルク	356 12.7 9.9 2
29 水	5倍粥 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 ミルク	来、水、/水、削り節 (だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、/ 鶏ひき肉、じゃが いも、ブロッコリー、たまねぎ、水、三温線・ケチャップ、片葉板、水、/ 育児用 えいク、(金)ぐ、/水、削り節 (だし用)、ブロッコリー、たまねぎ、ようゆ、/ 鶏ひき肉、人参、キャベツ、水、削り節 (だし用)、三温糖、しょうゆ、片葉粉、 水、/ 育児用まルク。	トースト ブロッコリーと玉葱の スープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	353 13.8 10.2 3.5
30 木	5倍粥 玉葱と切干大根のみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	来、水、水、煮干し(だし用)、たまわぎ、切り干しだいこん。みそ、/魚、人 参、はくさい、水、削り節(だし用)、三塩は、レようゆ、片栗粉、水、/育児用 ルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、はくさい、人参、しようゆ・/強いき 肉、片栗粉、水、たまねき、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、 片栗粉、水、たまねき、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、 片栗粉、水、たまねき、	5倍粥 白菜と人参のすまし汁 肉団子と野菜の煮物 ミルク	353 12.7 9.9 2
31 金	5倍粥 人参とわかめのすまし汁 豆腐と野菜のみそそぼろ 煮 ミルク	来、水、水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、生わかめ、しようゆ、 類しき肉、木輪豆腐、木株は、店かんから、水、削り節(だし用)、三温熱、み そ、片葉粉、水、/育児用ニルク、/食べン、ビザ用テーズ、ン水、削り節(だ し用)、大根(ぼうれんそう、しょうゆ)、/類ひき肉、人参、もやし、水、削り節 (だし用)、三温能、しようゆ、片葉粉、水、/育児用ミルク、	チーズトースト 大根とほうれん草の スープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	352 13.4 11.5 2.4

<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。