

献 立 表

令和8年2月

青い鳥保育園(離乳後期)

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
2 月	5倍粥 人参とほうれん草のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、ほうれんそう、しゅうゆ、／鶏ひき肉、たまねぎ、かぶ、根、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、たまねぎ、かぶ、根、みそ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 玉葱とかぶのみそ汁 肉団子と野菜の煮物 ミルク	345 12.8 9.3 1.9
3 火	5倍粥 じゃが芋と玉葱のみそ汁 白身魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、みそ、／白身魚、はくさい、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、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、しょゆ、／鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、はくさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	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	344 13 9.2 2.5
4 水	5倍粥 シチュー キャベツと人参の煮浸し ミルク	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、人参、水、削り節(だし用)、しゅうゆ、／育児用ミルク、／食パン、バター、／水、削り節(だし用)、キャベツ、たまねぎ、しゅうゆ、／鶏ひき肉、じゅうめん、人参、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	バタートースト キャベツと玉葱のスープ 鶏挽肉とじゃが芋のケ チャップ煮 ミルク	395 13.4 12.9 4.1
5 木	5倍粥 人参と玉葱のすまし汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しゅうゆ、／魚、ブロッコリー、たまねぎ、みそ、／水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／干しとうどん(無塩)、鶏ひき肉、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／水、削り節(だし用)、はくさい、ブロッコリー、しゅうゆ、／人参、水、三温糖、／育児用ミルク、	あんかけうどん 白菜とブロッコリーのスー プ 人参の甘煮 ミルク	350 13.8 10 2.2
6 金	5倍粥 大根と玉葱のみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、大根、たまねぎ、みそ、／鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／干しとうどん(無塩)、鶏ひき肉、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、／鶏ひき肉、大根、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	パンズパン 人参とほうれん草のスー プ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	346 13.1 10.7 2.3
7 土	5倍粥 人参と玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しゅうゆ、／鶏ひき肉、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、切り干しだいこん、たまねぎ、みそ、／鶏ひき肉、凍り豆腐、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 切り干し大根と玉葱のみそ汁 鶏挽肉と高野豆腐の煮物 ミルク	351 12.8 9.6 2.1
9 月	5倍粥 キャベツとわかめのすまし 汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、生わかめ、しゅうゆ、／魚、鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、大根、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、人参、大根、しゅうゆ、／鶏ひき肉、凍り豆腐、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 人参と大根のスープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	345 12.8 9.2 2.5
10 火	5倍粥 玉葱とほうれん草のみそ 汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、たまねぎ、ほうれんそう、みそ、／鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、はくさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、さつまいも、はくさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 さつま芋と白菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	355 13 9.8 2
12 木	5倍粥 人参とキャベツのスープ 鶏挽肉と高野豆腐のケ チャップ煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しゅうゆ、／鶏ひき肉、凍り豆腐、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、削り節(だし用)、ブロッコリー、カリフラワー、しゅうゆ、／ソナ油漬缶、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 ブロッコリーとカリフラワー のすまし汁 ソナと野菜の煮物 ミルク	374 13.7 12.6 2.5
13 金	5倍粥 白菜と玉葱のみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、はくさい、たまねぎ、みそ、／魚、白菜、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／食パン、水、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しゅうゆ、／鶏ひき肉、人参、はくさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、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	345 12.8 10.8 2.1
14 土	5倍粥 大根とチンゲンサイのすま し汁 鶏挽肉と麩の煮物 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、大根、チンゲンサイ、しゅうゆ、／鶏ひき肉、焼ふ、人参、ブロッコリー、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、人参、ブロッコリー、しゅうゆ、／鶏ひき肉、さつまいも、大根、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 人参とブロッコリーのスー プ さつま芋のみそぼろ煮 ミルク	352 13.3 9.3 2.1
16 月	5倍粥 人参とほうれん草のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、ほうれんそう、しゅうゆ、／鶏ひき肉、たまねぎ、かぶ、根、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、たまねぎ、かぶ、根、みそ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 玉葱とかぶのみそ汁 肉団子と野菜の煮物 ミルク	345 12.8 9.3 1.9
17 火	5倍粥 じゃが芋と玉葱のみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、みそ、／魚、はくさい、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しゅうゆ、／鶏ひき肉、人参、はくさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 玉葱と小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	348 12.7 9.9 2.3
18 水	5倍粥 シチュー キャベツと人参の煮浸し ミルク	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、人参、水、削り節(だし用)、しゅうゆ、／育児用ミルク、／食パン、バター、／水、削り節(だし用)、キャベツ、たまねぎ、しゅうゆ、／鶏ひき肉、じゅうめん、人参、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	バタートースト キャベツと玉葱のスープ 鶏挽肉とじゃが芋のケ チャップ煮 ミルク	395 13.4 12.9 4.1
19 木	5倍粥 人参と玉葱のすまし汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しゅうゆ、／魚、ブロッコリー、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、人参、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	あんかけうどん 白菜とブロッコリーのスー プ 人参の甘煮 ミルク	350 13.8 10 2.2
20 金	5倍粥 大根と玉葱のみそ汁 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)、大根、たまねぎ、みそ、／鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／干しとうどん(無塩)、鶏ひき肉、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	パンズパン 人参とほうれん草のスー プ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	346 13.1 10.7 2.3
21 土	5倍粥 人参と玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しゅうゆ、／鶏ひき肉、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、切り干しだいこん、たまねぎ、みそ、／鶏ひき肉、凍り豆腐、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 切り干し大根と玉葱のみそ汁 鶏挽肉と高野豆腐の煮物 ミルク	351 12.8 9.6 2.1
24 火	5倍粥 玉葱とほうれん草のみそ 汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、たまねぎ、ほうれんそう、みそ、／魚、昆布(だし用)、人参、たまねぎ、しゅうゆ、／魚、ブロッコリー、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、たまねぎ、しゅうゆ、／鶏ひき肉、凍り豆腐、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 さつま芋と白菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	355 13 9.8 2
25 水	5倍粥 里芋と大根のすまし汁 魚と野菜のみそ煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、さといも、大根、しゅうゆ、／魚、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／コッペパン、／米、水、／水、削り節(だし用)、人参、もやし、しゅうゆ、／鶏ひき肉、大根、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	コッペパン 人参ともやしのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	345 12.7 10.7 2.1
26 木	5倍粥 人参とキャベツのスープ 鶏挽肉と高野豆腐のケ チャップ煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しゅうゆ、／鶏ひき肉、凍り豆腐、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、／コッペパン、／水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 ブロッコリーとカリフラワー のすまし汁 ソナと野菜の煮物 ミルク	374 13.7 12.6 2.5
27 金	5倍粥 白菜と玉葱のみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、大根、チンゲンサイ、しゅうゆ、／鶏ひき肉、焼ふ、人参、ブロッコリー、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／食パン、／水、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しゅうゆ、／鶏ひき肉、人参、はくさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、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	345 12.8 10.8 2.1
28 土	5倍粥 大根とチンゲンサイのすま し汁 鶏挽肉と麩の煮物 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、大根、チンゲンサイ、しゅうゆ、／鶏ひき肉、焼ふ、人参、ブロッコリー、水、削り節(だし用)、三温糖、しゅうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 人参とブロッコリーのスー プ さつま芋のみそぼろ煮 ミルク	352 13.3 9.3 2.1

* 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。