

# 献立表

令和8年4月

昼食・おやつ(離乳初期)

日付	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 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、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
2 木	7倍粥 キャベツのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、キャベツ、白身魚、人参、大根、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
3 金	7倍粥 じゃが芋と人参のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし 煮 ミルク	米、水、水、じゃがいも、人参、凍り豆腐、たまねぎ、ブロッコリー、水、片 栗粉、水、育児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	314 8.1 14.9 1
4 土	7倍粥 かぶのスープ 高野豆腐と野菜のつぶし 煮 ミルク	米、水、水、かぶ・根、凍り豆腐、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	310 7.8 14.9 0.4
6 月	7倍粥 人参と玉葱のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、人参、たまねぎ、焼ふ、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	309 7.6 14.6 0.5
7 火	7倍粥 キャベツのスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、キャベツ、本綿豆腐、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	317 8.4 15.3 0.6
8 水	7倍粥 大根のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、大根、白身魚、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	314 9.2 14.7 0.4
9 木	7倍粥 玉葱とほうれん草のスー プ 高野豆腐とじゃが芋のマッ シュ	米、水、水、たまねぎ、ほうれんそう、凍り豆腐、じゃがいも、人参、たまね ぎ、水、育児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	317 8.1 14.9 1.7
10 金	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、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 0.4
11 土	7倍粥 玉葱のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、水、たまねぎ、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	314 7.7 14.6 1.2
13 月	7倍粥 玉葱のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、たまねぎ、本綿豆腐、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	317 8.4 15.3 0.6
14 火	7倍粥 人参とほうれん草のスー プ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、人参、ほうれんそう、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	315 9.3 14.7 0.5
15 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
16 木	7倍粥 キャベツのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、キャベツ、白身魚、人参、大根、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
17 金	7倍粥 じゃが芋と人参のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし 煮 ミルク	米、水、水、じゃがいも、人参、凍り豆腐、たまねぎ、ブロッコリー、水、片 栗粉、水、育児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	314 8.1 14.9 1
18 土	7倍粥 かぶのスープ 高野豆腐と野菜のつぶし 煮 ミルク	米、水、水、かぶ・根、凍り豆腐、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	310 7.8 14.9 0.4
20 月	7倍粥 人参と玉葱のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、人参、たまねぎ、焼ふ、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	309 7.6 14.6 0.5
21 火	7倍粥 キャベツのスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、キャベツ、本綿豆腐、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	317 8.4 15.3 0.6
22 水	7倍粥 大根のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、大根、白身魚、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	314 9.2 14.7 0.4
23 木	7倍粥 玉葱とほうれん草のスー プ 高野豆腐とじゃが芋のマッ シュ	米、水、水、たまねぎ、ほうれんそう、凍り豆腐、じゃがいも、人参、たまね ぎ、水、育児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	317 8.1 14.9 1.7
24 金	7倍粥 キャベツと玉葱のスープ 白身魚と人参のつぶし煮 ミルク	米、水、水、キャベツ、たまねぎ、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	316 9.3 14.7 0.4
25 土	7倍粥 玉葱のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、水、たまねぎ、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	314 7.7 14.6 1.2
27 月	7倍粥 玉葱のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、たまねぎ、本綿豆腐、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	317 8.4 15.3 0.6
28 火	7倍粥 人参とほうれん草のスー プ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、人参、ほうれんそう、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	315 9.3 14.7 0.5
30 木	7倍粥 人参と玉葱のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、人参、たまねぎ、焼ふ、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	309 7.6 14.6 0.5

\* 食事には、麦茶がきます。

\* 献立は園の行事・その他の都合で、多少変更することもありますので、ご了承ください。