

献立表

令和8年5月

青い鳥保育園(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 金	7倍粥 人参のスープ 麩とさつまいものマッシュ ミルク	米、水、人参、焼ふ、さつまいも、たまねぎ、水、育児用ミルク、 育児用ミルク、	ミルク	320 7.7 14.6 0.6
2 土	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、たまねぎ、ほうれん草、凍り豆腐、じゃがいも、キャベツ、水、 育児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	317 8.1 14.9 1.7
7 木	7倍粥 玉葱のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、たまねぎ、焼ふ、こまつな、人参、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
8 金	7倍粥 かぶと玉葱のスープ 白身魚とキャベツのつぶ し煮 ミルク	米、水、水、かぶ・根、たまねぎ、白身魚、キャベツ、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
9 土	7倍粥 じゃが芋と人参のスー プ 高野豆腐と大根のつぶし 煮 ミルク	米、水、水、じゃがいも、人参、凍り豆腐、大根、水、片栗粉、水、育 児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	312 7.8 14.9 0.8
11 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、木綿豆腐、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
12 火	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、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	316 9.2 14.7 0.4
13 水	7倍粥 キャベツのスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、水、キャベツ、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	312 7.8 14.6 1.3
14 木	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、ほうれん草、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
15 金	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、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	311 7.8 14.9 0.4
16 土	7倍粥 人参と玉葱のスープ 麩とキャベツのつぶし煮 ミルク	米、水、水、人参、たまねぎ、焼ふ、キャベツ、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
18 月	7倍粥 玉葱と小松菜のスー プ 高野豆腐とさつまいものマッ シュ ミルク	米、水、水、たまねぎ、こまつな、凍り豆腐、さつまいも、人参、水、育 児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	327 8 14.9 0.7
19 火	7倍粥 じゃが芋と玉葱のスー プ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、じゃがいも、たまねぎ、木綿豆腐、人参、ほうれん草、水、片 栗粉、水、育児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	319 8.5 15.3 1
20 水	7倍粥 人参のスープ 白身魚とキャベツのつぶ し煮 ミルク	米、水、水、人参、白身魚、キャベツ、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
21 木	7倍粥 玉葱のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、たまねぎ、焼ふ、こまつな、人参、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
22 金	7倍粥 かぶと玉葱のスープ 白身魚とキャベツのつぶ し煮 ミルク	米、水、水、かぶ・根、たまねぎ、白身魚、キャベツ、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
23 土	7倍粥 じゃが芋と人参のスー プ 高野豆腐と大根のつぶし 煮 ミルク	米、水、水、じゃがいも、人参、凍り豆腐、大根、水、片栗粉、水、育 児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	312 7.8 14.9 0.8
25 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、木綿豆腐、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
26 火	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、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	316 9.2 14.7 0.4
27 水	7倍粥 キャベツのスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、水、キャベツ、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	312 7.8 14.6 1.3
28 木	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、ほうれん草、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
29 金	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、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	311 7.8 14.9 0.4
30 土	7倍粥 人参と玉葱のスープ 麩とキャベツのつぶし煮 ミルク	米、水、水、人参、たまねぎ、焼ふ、キャベツ、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

* 食事には、麦茶が付きます。

* 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。