

献立表

令和8年8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
曜日				
1 土	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
3 月	7倍粥 玉葱のスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、たまねぎ、/凍り豆腐、じゃがいも、人参、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	318 8 14.9 1.7
4 火	7倍粥 かぼちゃのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、かぼちゃ、/白身魚、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	321 9.4 14.7 0.6
5 水	7倍粥 トマトのスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、トマト、/木綿豆腐、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	317 8.3 15.3 0.5
6 木	7倍粥 チンゲンサイと玉葱のスープ 白身魚と人参のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、チンゲンサイ、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	315 9.2 14.7 0.4
7 金	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、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	310 7.6 14.6 0.4
8 土	7倍粥 人参のスープ 高野豆腐と玉葱のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、/凍り豆腐、たまねぎ、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 0.5
10 月	7倍粥 キャベツのスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、キャベツ、/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
12 水	7倍粥 人参と小松菜のスープ 白身魚とズッキーニのつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、こまつな、/白身魚、ズッキーニ、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
13 木	7倍粥 冬瓜のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、とうがん、/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 7.7 14.6 1.2
14 金	7倍粥 かぼちゃのスープ 白身魚と人参のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、かぼちゃ、/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	321 9.4 14.7 0.6
15 土	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
17 月	7倍粥 玉葱のスープ 高野豆腐とかぼちゃのつぶし煮 ミルク	米、水、/水、たまねぎ、/凍り豆腐、かぼちゃ、水、片栗粉、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	317 7.9 14.9 0.6
18 火	7倍粥 かぼちゃのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、かぼちゃ、/白身魚、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	321 9.4 14.7 0.6
19 水	7倍粥 トマトのスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、トマト、/木綿豆腐、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	317 8.3 15.3 0.5
20 木	7倍粥 チンゲンサイと玉葱のスープ 白身魚と人参のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、チンゲンサイ、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	315 9.2 14.7 0.4
21 金	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、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	310 7.6 14.6 0.4
22 土	7倍粥 人参のスープ 高野豆腐と玉葱のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、/凍り豆腐、たまねぎ、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 0.5
24 月	7倍粥 キャベツのスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、キャベツ、/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
25 火	7倍粥 トマトのスープ 高野豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、トマト、/凍り豆腐、たまねぎ、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	311 7.9 14.9 0.4
26 水	7倍粥 人参と小松菜のスープ 白身魚とズッキーニのつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、こまつな、/白身魚、ズッキーニ、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
27 木	7倍粥 冬瓜のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、とうがん、/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 7.7 14.6 1.2
28 金	7倍粥 かぼちゃのスープ 白身魚と人参のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、かぼちゃ、/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	321 9.4 14.7 0.6
29 土	7倍粥 人参と小松菜のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、人参、こまつな、/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 7.8 14.6 1.3
31 月	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、/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	316 8.4 15.3 0.6

* 食事には、麦茶がつけます。

* 献立は園の行事・その他の都合で、多少変更する場合もございますので、ご了承ください。