

献立表

令和8年8月

青い鳥保育園(離乳後期)

日付		午前食	材料名	午後食	エネルギー たんぱく質 食物繊維
曜日					
1	土	5倍粥 人参とじゃが芋のすまし汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、じゃがいも、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、こまつな、水、削り節(だし用)、三溫糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参と玉葱のスープ じゃが芋のみそそば煮 ミルク	352 12.9 9.3 3.3
3	月	5倍粥 シチュー キャベツと人参の煮浸し ミルク	米、水、ノ水、鶏ひき肉、人参、たまねぎ、じゃがいも、米粉、水、牛乳、塩、ノキャベツ、人参、水、削り節(だし用)、しょうゆ、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、煮り豆腐、かぼちゃ、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミ ルク、	5倍粥 玉葱とキャベツのスープ 鶏挽肉と高野豆腐の煮 物 ミルク	373 13 10.8 2.7
4	火	5倍粥 かぼちゃのみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、かぼちゃ、みそ、ノ魚、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、かぼちゃ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参と玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜のみそ煮 ミルク	367 12.9 10 2.3
5	水	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、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、トマト、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノハンズパン、水、削り節(だし用)、トマト、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	ハンズパン トマトと玉葱のスープ 豆腐と人参のそば煮 ミルク	346 12.8 10.5 1.9
6	木	5倍粥 人参とじゃが芋のすまし汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、じゃがいも、しょうゆ、ノたまねぎ、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ千切りどん(無塩)、鶏ひき肉、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、みそ、片栗粉、水、ノ水、削り節(だし用)、たまねぎ、チンゲンサイ、しょうゆ、ノ人参、水、三溫糖、ノ育児用ミルク、	あんかけみそどん 玉葱とチンゲンサイの スープ 人参の甘煮 ミルク	352 13 9.9 2.3
7	金	5倍粥 なすと玉葱のみそ汁 鶏挽肉と鮭の煮物 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、なす、たまねぎ、みそ、ノ鶏ひき肉、焼、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ食パン、ノ水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、片栗粉、水、なす、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	トースト 人参とキャベツのスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	345 13 10.1 2.1
8	土	5倍粥 人参のスープ 鶏挽肉と野菜のケチャップ 煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、ズッキーニ、たまねぎ、水、三溫糖、ケチャップ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、ズッキーニ、切干しだい(なし)、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、煮り豆腐、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 ズッキーニと切干大根の すまし汁 鶏挽肉と高野豆腐の煮 物	350 12.7 9.5 2
10	月	5倍粥 人参とじゃが芋のみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、人参、じゃがいも、みそ、ノ鶏ひき肉、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミ ルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、じゃがいも、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参とキャベツのスープ じゃが芋のみそそば煮 ミルク	354 13.1 9.4 3.4
12	水	5倍粥 人参と小松菜のすまし汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、こまつな、しょうゆ、ノ魚、ズッキーニ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノハンズパン、水、削り節(だし用)、ズッキーニ、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	ハンズパン ズッキーニと玉葱のスー プ 豆腐と野菜のそば煮 ミルク	348 12.8 11.1 2
13	木	5倍粥 人参と冬瓜のみそ汁 鶏挽肉と鮭の煮物 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、人参、とうがん、みそ、ノ鶏ひき肉、焼、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミ ルク、ノ米、水、水、削り節(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、とうがん、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 じゃが芋と玉葱のスー プ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	349 12.7 9.2 2.3
14	金	5倍粥 かぼちゃと玉葱のすまし汁 魚と野菜のみそ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、かぼちゃ、たまねぎ、しょうゆ、ノ魚、なす、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三溫糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ食パン、ノ水、削り節(だし用)、なす、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、かぼちゃ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	トースト なすと玉葱のスープ 鶏挽肉とかぼちゃの煮物 ミルク	360 13 10.7 2.5
15	土	5倍粥 人参とじゃが芋のすまし汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、じゃがいも、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、こまつな、水、削り節(だし用)、三溫糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参と玉葱のスープ じゃが芋のみそそば煮 ミルク	352 12.9 9.3 3.3
17	月	5倍粥 かぼちゃのシチュー キャベツと人参の煮浸し ミルク	米、水、ノ水、鶏ひき肉、たまねぎ、かぼちゃ、米粉、水、牛乳、塩、ノキャベツ、人参、水、削り節(だし用)、しょうゆ、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、キャベツ、かぼちゃ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、煮り豆腐、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 キャベツとかぼちゃの スープ 鶏挽肉と高野豆腐の煮 物	375 13 10.8 2
18	火	5倍粥 かぼちゃのみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、かぼちゃ、みそ、ノ魚、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、かぼちゃ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参と玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜のみそ煮 ミルク	367 12.9 10 2.3
19	水	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、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、トマト、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノハンズパン、水、削り節(だし用)、トマト、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	ハンズパン トマトと玉葱のスー プ 豆腐と人参のそば煮 ミルク	346 12.8 10.5 1.9
20	木	5倍粥 人参とじゃが芋のすまし汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、じゃがいも、しょうゆ、ノたまねぎ、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ千切りどん(無塩)、鶏ひき肉、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、みそ、片栗粉、水、ノ水、削り節(だし用)、たまねぎ、チンゲンサイ、しょうゆ、ノ人参、水、三溫糖、ノ育児用ミルク、	あんかけみそどん 玉葱とチンゲンサイの スープ 人参の甘煮 ミルク	352 13 9.9 2.3
21	金	5倍粥 なすと玉葱のみそ汁 鶏挽肉と鮭の煮物 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、なす、たまねぎ、みそ、ノ鶏ひき肉、焼、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミ ルク、ノ食パン、ノ水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、片栗粉、水、なす、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	トースト 人参とキャベツのスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	345 13 10.1 2.1
22	土	5倍粥 人参のスープ 鶏挽肉と野菜のケチャップ 煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、ズッキーニ、たまねぎ、水、三溫糖、ケチャップ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、ズッキーニ、切干しだい(なし)、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、煮り豆腐、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 ズッキーニと切干大根の すまし汁 鶏挽肉と高野豆腐の煮 物	350 12.7 9.5 2
24	月	5倍粥 人参とじゃが芋のみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、人参、じゃがいも、みそ、ノ鶏ひき肉、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミ ルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、じゃがいも、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参とキャベツのスープ じゃが芋のみそそば煮 ミルク	354 13.1 9.4 3.4
25	火	5倍粥 トマトと玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、トマト、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、ほろんず、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、煮り豆腐、たまねぎ、ほうろんず、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参と玉葱のすまし汁 鶏挽肉と高野豆腐の煮 物 ミルク	343 12.7 9.5 1.7
26	水	5倍粥 人参と小松菜のすまし汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、こまつな、しょうゆ、ノ魚、ズッキーニ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノハンズパン、水、削り節(だし用)、ズッキーニ、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	ハンズパン ズッキーニと玉葱のスー プ 豆腐と野菜のそば煮 ミルク	348 12.8 11.1 2
27	木	5倍粥 人参と冬瓜のみそ汁 鶏挽肉と鮭の煮物 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、人参、とうがん、みそ、ノ鶏ひき肉、焼、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミ ルク、ノ米、水、水、削り節(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、とうがん、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 じゃが芋と玉葱のスー プ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	349 12.7 9.2 2.3
28	金	5倍粥 かぼちゃと玉葱のすまし汁 魚と野菜のみそ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、かぼちゃ、たまねぎ、しょうゆ、ノ魚、なす、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三溫糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ食パン、ノ水、削り節(だし用)、なす、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、かぼちゃ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	トースト なすと玉葱のスープ 鶏挽肉とかぼちゃの煮物 ミルク	360 13 10.7 2.5
29	土	5倍粥 人参と小松菜のみそ汁 じゃが芋のそば煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、人参、こまつな、みそ、ノ鶏ひき肉、じゃがいも、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミ ルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 玉葱とじゃが芋のスー プ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	351 13 9.3 3.4
31	月	5倍粥 キャベツとわかめのすまし汁 豆腐と野菜のそば煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、生わかめ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三溫糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、ズッキーニ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、片栗粉、水、たまねぎ、こまつな、水、削り節(だし用)、三溫糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参とキャベツのスー プ 肉団子と野菜のみそ煮 ミルク	348 12.9 9.8 1.9

* 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、多少変更する場合がございますので、ご了承ください。