

献立表

令和5年4月

青い鳥保育園(離乳初期)

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
1 15 土	7倍粥 大根と人参のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、大根、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	316 7.8 14.6 1.7
3 17 月	7倍粥 人参のスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、人参、/凍り豆腐、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	318 8 14.9 1.7
4 18 火	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、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 0.4
5 19 水	7倍粥 玉葱とじゃが芋のスープ 麩と人参のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、たまねぎ、じゃがいも、/焼ふ、人参、水、片栗粉、水、/育児用ミルク、 /育児用ミルク、	ミルク	312 7.6 14.6 0.8
6 20 木	7倍粥 さつま芋と人参のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、さつまいも、人参、/白身魚、かぶ・根、こまつな、水、片栗粉、水、 /育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	326 9.3 14.7 0.5
7 21 金	7倍粥 ほうれん草のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、ほうれん草、/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 7.9 14.9 0.5
8 22 土	7倍粥 野菜スープ 豆腐と玉葱のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、たまねぎ、/木綿豆腐、たまねぎ、水、片栗粉、水、/育児用ミルク、 /育児用ミルク、	ミルク	318 8.4 15.3 0.5
10 24 月	7倍粥 小松菜と玉葱のスープ 豆腐と人参のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、たまねぎ、こまつな、/木綿豆腐、人参、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
11 25 火	7倍粥 大根と人参のスープ 白身魚とキャベツのつぶし煮 ミルク	米、水、/水、大根、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	314 9.3 14.7 0.4
12 26 水	7倍粥 キャベツのスープ 高野豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、キャベツ、/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
13 27 木	7倍粥 かぶのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、かぶ・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 9.3 14.7 0.4
14 28 金	7倍粥 白菜のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、はくさい、/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	316 8.4 15.3 0.6

* 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。