

献立表

令和5年6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 15 木	7倍粥 大根と人参のスープ 野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、大根、/ほうれんそう、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
29 木	7倍粥 人参と小松菜のスープ 野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、こまつな、/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
2 16 金	7倍粥 トマトのスープ 豆腐と人参のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、トマト、/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 8.3 15.3 0.5
30 金	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、たまねぎ、水、片栗粉、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	320 8.4 15.3 0.9
3 17 土	7倍粥 人参のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、/凍り豆腐、たまねぎ、キャベツ、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
5 19 月	7倍粥 じゃが芋と玉葱のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、じゃがいも、たまねぎ、/焼ふ、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	312 7.6 14.6 0.8
6 20 火	7倍粥 玉葱のスープ かぼちゃのつぶし煮 ミルク	米、水、/水、たまねぎ、/かぼちゃ、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 0.5
7 21 水	7倍粥 大根と人参のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、大根、人参、/凍り豆腐、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	311 7.8 14.9 0.4
8 22 木	7倍粥 玉葱と小松菜のスープ 野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、たまねぎ、こまつな、/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
9 23 金	7倍粥 かぼちゃのスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、かぼちゃ、/焼ふ、ほうれんそう、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 7.8 14.6 0.6
10 24 土	7倍粥 人参と玉葱のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、たまねぎ、/凍り豆腐、人参、大根、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
11 25 月	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	316 7.8 14.6 1.7
13 27 火	7倍粥 キャベツと玉葱のスープ 人参のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、キャベツ、たまねぎ、/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
14 28 水	7倍粥 人参と玉葱のスープ 豆腐と冬瓜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、たまねぎ、/木綿豆腐、とうがん、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

* 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。