

献立表

令和5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 15 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
29 火	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、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 9.3 14.7 0.5
2 16 水	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、キャベツ、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 0.6
30 水	7倍粥 玉葱のスープ 高野豆腐とさつま芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、たまねぎ、/凍り豆腐、さつまいも、キャベツ、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	328 8 14.9 0.6
3 17 木	7倍粥 人参のスープ 白身魚と冬瓜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、たまねぎ、/白身魚、とうがん、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
31 木	7倍粥 人参と小松菜のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、こまつな、/白身魚、たまねぎ、大根、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
4 18 金	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
5 19 土	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
7 月	7倍粥 玉葱とじゃが芋のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、たまねぎ、じゃがいも、/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	312 7.6 14.6 0.8
21 月	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、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	315 7.7 14.6 0.6
8 22 火	7倍粥 人参のスープ 白身魚と玉葱のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、/白身魚、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 9.3 14.7 0.4
9 23 水	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、南瓜、水、片栗粉、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	321 8.4 15.3 0.6
10 24 木	7倍粥 じゃが芋と人参のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、じゃがいも、/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	318 9.3 14.7 0.8
25 金	7倍粥 冬瓜のスープ 豆腐と人参のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、とうがん、/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	316 8.3 15.3 0.6
12 26 土	7倍粥 人参とキャベツのスープ 高野豆腐と玉葱のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、キャベツ、/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 0.4
14 28 月	7倍粥 玉葱とかぼちゃのスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、たまねぎ、かぼちゃ、/焼ふ、人参、大根、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 0.5

* 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。