練馬区立青い鳥保育園(離乳初期)

	5年12月 I	·····································	i ムガ目い気体 I	<u>   日 図(                                 </u>
日付 曜日	午前食	材料名	午後食	エネルキー たんぱく質 脂質 食物繊維
	7倍粥	┃ ┃米、水、/水、たまねぎ、/しらす干し、たまねぎ、ほうれんそう、水、片栗粉、	ミルク	<u> </u>
1	玉葱のスープ	水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、		8.1
- 金	しらすと野菜のつぶし煮			14.6
314	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	ミルク	0.4
	/ la タヤウ  キャベツのスープ	木、木、ノ 小、 イヤ・ノ、ノ はり立腐、 八多、 たよねさ、 小、 月 未初、 小、 / 月   児用ミルク、 / 育児用ミルク、	270'7	311
2 土	高野豆腐と野菜のつぶし			7.8
エ	煮			14.9
	ミルク		5 /	0.4
	7倍粥 人参のスープ	米、水、/水、人参、/焼ふ、じゃがいも、ブロッコリー、水、/育児用ミルク、 /育児用ミルク、	ミルク	317
4	秋多のペーク   麩とじゃが芋のマッシュ	) House,		8
月	ミルク			14.6
				1.9
	7倍粥	米、水、/水、人参、さつまいも、/白身魚、ほうれんそう、たまねぎ、水、片栗	ミルク	320
5	人参とさつま芋のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	粉、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、		9.3
火				14.7
				0.5
	7倍粥 人参とかぶのスープ	米、水、/水、人参、かぶ・根、/凍り豆腐、キャベツ、水、片栗粉、水、/育児 用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	311
6				7.8
水	高野豆腐とキャベツのつ ぶし煮			14.9
-	ミルク			0.4
	7倍粥	┃ ┃米、水、/水、大根、/白身魚、人参、はくさい、水、片栗粉、水、/育児用ミ	ミルク	314
7	大根のスープ	ルク、/育児用ミルク、		9.2
, 木	白身魚と野菜のつぶし煮			14.7
<b>/</b>  \	ミルク			
	7倍粥	┃ ┃米、水、/水、たまねぎ、/木綿豆腐、人参、こまつな、水、片栗粉、水、/育	2 II. <i>T</i> 1	0.4
	7   10   10   10   10   10   10   10	木、水、/ 水、/ よねさ、/ 木柿立腐、八参、こような、水、月末切、水、/ 自   児用ミルク、/ 育児用ミルク、	2707	317
8 金	豆腐と野菜のつぶし煮			8.4
並	ミルク			15.3
	- / <del>+</del> 342		211.5	0.6
	7倍粥 かぶのスープ	米、水、/水、かぶ・根、/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	315
9	がふのスーフ 麩とじゃが芋のマッシュ			7.8
	ミルク			14.6
				1.7
	7倍粥 人参のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、/木綿豆腐、ブロッコリー、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
11				8.6
月				15.3
				0.8
	7倍粥 白菜のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、はくさい、/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	313
12				9.3
ılı				14.7
	270'7			0.4
		米、水、/水、かぶ・根、/凍り豆腐、じゃがいも、キャベツ、水、/育児用ミル	ミルク	316
	かぶのスープ	ク、/育児用ミルク、	"	8
	高野豆腐とじゃが芋のマッ			14.9
<b>\1\</b>	シュ ミルク		1	
	ミルク   7倍粥	┃ ┃米、水、/水、大根、/白身魚、はくさい、こまつな、水、片栗粉、水、/育児	ミルク	1.6
	大根のスープ	本、ホ、ノ が、入板、ノ ロダ魚、は いい こま りは、 が、 月 未初、 が、 ノ 育児    用ミルク、 / 育児用ミルク、		313
14	白身魚と野菜のつぶし煮			9.2
木	ミルク		1	14.7
	- / <del>-</del> 3/2			0.3
	7倍粥	米、水、/水、たまねぎ、/しらす干し、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	310
15	玉葱のスープ しらすと野菜のつぶし者	水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、		8.1
	らすと野莖のつご  考		i	146
15 金	しらすと野菜のつぶし煮 ミルク			14.6
	しらすと野菜のつぶし煮 ミルク -			0.4
	ミルク 7倍粥		ミルク	
金	ミルク 7倍粥 キャベツのスープ	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	0.4
	ミルク 7倍粥		ミルク	0.4 311

	7倍粥	  米、水、/水、人参、/焼ふ、じゃがいも、ブロッコリー、水、/育児用ミルク、	ミルク	
18 月	/ 〒〒	木、小、/ 小、人参、/ 焼ふ、しゃかいも、ノロッコリー、小、/ 自児用ミルク、  /育児用ミルク、	ミルグ	317
	秋をいれ フ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク			8
				14.6
	→ /★ 3N2	 	> 11 h	1.9
19 火	7倍粥 人参とさつま芋のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、さつまいも、/白身魚、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	320
				9.3
				14.7
				0.5
20	7倍粥 人参とかぶのスープ 高野豆腐とキャベツのつ ぶし煮	米、水、/水、人参、かぶ・根、/凍り豆腐、キャベツ、水、片栗粉、水、/育児 用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	311
				7.8
水				14.9
	ミルク			0.4
	7倍粥 大根のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮	米、水、/水、大根、/白身魚、人参、はくさい、水、片栗粉、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	314
21				9.2
木	ミルク			14.7
				0.4
	7倍粥	米、水、/水、人参、たまねぎ、/木綿豆腐、かぼちゃ、水、片栗粉、水、/育 児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	323
22	人参と玉葱のスープ 豆腐とかぼちゃのつぶし煮 ミルク			8.5
金				15.3
				0.7
23 ±	7倍粥 かぶのスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、かぶ・根、/焼ふ、じゃがいも、人参、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、 児用ミルク、	ミルク	315
				7.8
				14.6
				1.7
	7倍粥 人参のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、/木綿豆腐、ブロッコリー、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
25 月				8.6
				15.3
	2107			0.8
	7倍粥 白菜のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、はくさい、/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	313
26				9.3
火				14.7
				0.4
27 水	7倍粥 かぶのスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッ	米、水、/水、かぶ・根、/凍り豆腐、じゃがいも、キャベツ、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	316
				8
				14.9
	シュ ミルク			1.6
	7倍粥	米、水、/水、人参、たまねぎ、/木綿豆腐、はくさい、水、片栗粉、水、/育	ミルク	316
28 木	人参と玉葱のスープ 豆腐と白菜のつぶし煮	児用ミルク、/育児用ミルク、		8.3
	ミルク			15.3
				0.5

<sup>\*</sup>食事には、麦茶がつきます。

<sup>\*</sup>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。