青い鳥保育園(離乳中期)

| | | | 月07河水月图(| |
|---------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------|
| 田付 曜日 | 午前食 | 材料名 | 午後食 | エネルギー たんぱく質 脂質 |
| 4 | 5倍粥 人参とじゃが芋のみそ汁 | 米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、じゃがいも、みそ、/ツナ油漬缶、凍り 豆腐、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、片栗粉、水、/育児用ミ ルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、はくさい、しょうゆ、/ツナ油漬 | 5倍粥 人参と白菜のスープ | 食物繊維 400 12.4 |
| 木) | ツナと高野豆腐の煮物 ミルク | 缶、じゃがいも、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、片栗粉、水、/育児 用ミルク、 | じゃが芋のツナ煮 ミルク | 16 3.4 |
| 5 | 5倍粥 シチュー 大根と小松菜の煮浸し | /米、水、/水、削り節(だし用)、かぶ・根、じゃがいも、しょうゆ、/鶏ひき | 5倍粥 かぶとじゃが芋のスー プ | 376 11.6 |
| 金 | ミルク | 肉、片栗粉、水、焼ふ、人参、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、 /育児用ミルク、 | 鶏挽肉と麩のケチャップ 煮 ミルク | 12.4 2.5 |
| 6 | 5倍粥 玉葱とほうれん草のみそ | ★、水、/水、煮干し(だし用)、たまねぎ、ほうれんそう、みそ、/鶏ひき肉、 片栗粉、水、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/干しうどん、水、削り節(だし用)、ほうれんそう、しょう | 煮込みうどん 鶏挽肉と大根のみそそ ぼろ煮 | 344 11.5 |
| ± ~ | 汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク | ゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、大根、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/人参、水、三温糖、/育児用ミルク、 | 人参の甘煮 ミルク | 11.6 1.5 |
| 9 | 5倍粥 豆腐と白菜のみそ汁 じゃが芋のそぼろ煮 | ひき肉、片栗粉、水、じゃがいも、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、 | 5倍粥 キャベツと玉葱のスー プ | 360 11.9 |
| 火 <u>·</u> 10 | ミルク 5倍粥 | キャベツ、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、はくさい、水、 削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/育児用ミルク、 米、水、/水、煮干し(だし用)、かぶ・根、たまねぎ、みそ、/白身魚、人参、 | 肉団子と野菜のみそ煮 ミルク パン粥 | 12.1 2.7 350 |
| 水 | かぶと玉葱のみそ汁白身魚の野菜煮 | ブロッコリー、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミ | ブロッコリーのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク | 12.4 12.1 |
| 11 | あけぼの粥 | 糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、 米、水、人参、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、さつまいも、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三 | 5倍粥 | 2.1 378 |
| 木 | 煮 | コー・ファイ コー・ファイ | 鶏挽肉と高野豆腐の煮物 | 11.8 11.9 |
| 12 | ミルク | リー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | ミルクパン粥 | 1.5 342 |
| (金) | 大根と小松菜のみそ汁 白身魚の野菜の煮物 ミルク | | 白菜のスープ 鶏挽肉と大根のみそ煮 ミルク | 11.5 12.1 1.3 |
| 13 | 5倍粥 じゃが芋と玉葱のすまし汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク | 米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、じゃがいも、はくさい、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/育児用ミルク、 | 5倍粥 人参と玉葱のスープ 肉団子とじゃが芋のみ そ煮 ミルク | 359 11.5 11.5 3.1 |
| 15 | 5倍粥 玉葱とわかめのスープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク | /鶏ひき肉、片栗粉、水、木綿豆腐、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三 | パン粥 玉葱と小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク | 362 12 12.8 1.6 |
| 16 | 5倍粥 人参と玉葱のスープ 白身魚の野菜煮 ミルク | 米、水、/水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、/白身魚、人参、カリフラワー、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/干しうどん、鶏ひき肉、片栗粉、水、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/水、削り節(だし用)、人参、ブロッコリー、しょうゆ、/さつまいも、/育児用ミルク、 | あんかけみそうどん 人参とブロッコリーの スープ 茹でさつま芋 ミルク | 352 11.9 11.2 1.9 |
| 17 | 5倍粥 大根と里芋のスープ 肉団子と麩の煮物 ミルク | ひき肉、片栗粉、水、焼ふ、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/ミルクパン、水、/水、削り節(だし用)、 | パン粥 玉葱のスープ 鶏挽肉と里芋の煮物 ミルク | 362 11.8 12.3 1.8 |
| 18 | 5倍粥 人参とほうれん草のみそ 汁 白身魚の野菜煮 ミルク | 米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、ほうれんそう、みそ、/白身魚、たまねぎ、はくさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、はくさい、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/育児用ミルク、 | 5倍粥 白菜のスープ 鶏挽肉と野菜のみそ煮 ミルク | 343 11.4 11.2 1.4 |
| 19 | 5倍粥 シチュー かぶと人参の煮浸し ミルク | | パン粥 かぶのスープ 鶏挽肉と麩の煮物 ミルク | 383 12 13.2 2.4 |

| 20 | 5倍粥 | 米、水、/水、煮干し(だし用)、たまねぎ、ほうれんそう、みそ、/鶏ひき肉、 | 煮込みうどん | 344 |
|---------------|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------|
| | 玉葱とほうれん草のみそ | 片栗粉、水、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、 | 鶏挽肉と大根のみそそ | 11.5 |
| | 汁 | 水、/育児用ミルク、/干しうどん、水、削り節(だし用)、ほうれんそう、しょう | ぼろ煮 | |
| 土 | 鶏挽肉と野菜の煮物 | ゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、大根、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、 みそ、片栗粉、水、/人参、水、三温糖、/育児用ミルク、 | 人参の甘煮 | 11.6 |
| \smile | ミルク | | ミルク | 1.5 |
| 22 | 5倍粥 | 米、水、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、 | パン粥 | 358 |
| ~ | 玉葱のスープ | 凍り豆腐、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、 | 人参とキャベツのスー | 11.8 |
| 月 | 鶏挽肉と高野豆腐の煮物 | 水、/育児用ミルク、/ミルクパン、水、/水、削り節(だし用)、人参、キャベ | プ | 12.8 |
| | ミルク | ツ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、/育児用ミルク、 | 鶏挽肉と野菜のケ | 1.5 |
| 23 | 5倍粥 | | <u>エレップ</u> 考 5倍粥 | 360 |
| | 豆腐と白菜のみそ汁 | ひき肉、片栗粉、水、じゃがいも、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温 | キャベツと玉葱のスー | 11.9 |
| | じゃが芋のそぼろ煮 | 糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、 | プ | |
| 火 | ミルク | キャベツ、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、はくさい、水、 | 肉団子と野菜のみそ煮 | 12.1 |
| $\overline{}$ | _ /+ 342 | 削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/育児用ミルク、 | 2.11. / 1 | 2.7 |
| 24 | 5倍粥 | 米、水、/水、煮干し(だし用)、かぶ・根、たまねぎ、みそ、/白身魚、人参、 ブロッコリー、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミ | パン粥 | 350 |
| _ | かぶと玉葱のみそ汁 | | ブロッコリーのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 | 12.4 |
| 水 | 白身魚の野菜煮 ミルク | ゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、かぶ・根、こまつな、水、削り節(だし用)、三温 | 場院内と野采の 魚物 | 12.1 |
| \smile | | 糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、 | • | 2.1 |
| 25 | 5倍粥 | 米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、こまつな、しょうゆ、 | 5倍粥 | 349 |
| ~ | キャベツと小松菜のスープ | /鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょ | 玉葱とじゃが芋のスー | 11.3 |
| 木 | 肉団子と野菜の煮物 | うゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、たまね | プ | 11.5 |
| | ミルク | ぎ、じゃがいも、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、こまつな、水、削り 節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、 | 鶏挽肉と野菜の煮物 | 1.6 |
| 26 | 5倍粥 | 米、水、/水、煮干し(だし用)、大根、こまつな、みそ、/白身魚、人参、はくさ | パン粥 | 342 |
| | 大根と小松菜のみそ汁 | | 白菜のスープ | 11.5 |
| 金 | 白身魚の野菜の煮物 | ルクパン、水、/水、削り節(だし用)、はくさい、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗 | 鶏挽肉と大根のみそ煮 | |
| 金 | ミルク | 粉、水、大根、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/ | ミルク | 12.1 |
| | E /\$ 343 | 育児用ミルク、 | • | 1.3 |
| 27 | 5倍粥 | 米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、 | 5倍粥 | 359 |
| $\overline{}$ | じゃが芋と玉葱のすまし汁 | しらか 片亜粉 水 ノ奈旧田ミルク ノツ 水 ノ水 削り節(だ)田) 人 | 人参と玉葱のスープ | 11.5 |
| 土 | 鶏挽肉と野菜の煮物 | 参、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、じゃがいも、はくさい、水、削 しな(だ) 用、一温糖、なる、片栗粉、水、じゃがいも、はくさい、水、削 | 肉団子とじゃが芋のみ | 11.5 |
| \smile | ミルク | り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/育児用ミルク、 | て点 ミルカ | 3.1 |
| 29 | 5倍粥 | 米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、生わかめ、しょうゆ、 | パン粥 | 362 |
| _ | 玉葱とわかめのスープ | | 玉葱と小松菜のスープ | 12 |
| 月 | 豆腐と野菜のそぼろ煮 | | 鶏挽肉と野菜の煮物 | 12.8 |
| | ミルク | し用)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、 | ミルク | 1.6 |
| 30 | | | あんかけみそうどん | 352 |
| 50 | 人参と玉葱のスープ | リフラワー、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミル | 人参とブロッコリーの | 11.9 |
| 火 | 白身魚の野菜煮 | ク、/干しうどん、鶏ひき肉、片栗粉、水、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温 | スープ | 11.9 |
| | ミルク | 糖、みそ、片栗粉、水、/水、削り節(だし用)、人参、ブロッコリー、しょうゆ、 | 茹でさつま芋 | – |
| | | /さつまいも、/育児用ミルク、 | 5 II A | 1.9 |
| 31 | 5倍粥 | 米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、大根、さといも、しょうゆ、/鶏 ひき肉、片栗粉、水、焼ふ、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょ | パン粥 | 362 |
| _ | 大根と里芋のスープ | | 玉忽のスーフ 鶏挽肉と里芋の煮物 | 11.8 |
| 水 | 肉団子と麩の煮物 ミルク | | | 12.3 |
| $\overline{}$ | ミル グ | り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、 | 2107 | 1.8 |
| ↓合車 | にけ 麦茎がつきます | | | |

^{*}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。