

献立表

令和6年2月

青い鳥保育園(離乳後期)

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 (木)	5倍粥 人参と白菜のすまし汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、はくさい、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、じゃがいも、人参、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、はくさい、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 じゃが芋と人参のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	351 12.9 9.7 3
2 (金)	5倍粥 じゃが芋と玉葱のみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、みそ、ノ魚、キャベツ、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、キャベツ、さやいんげん、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、じゃがいも、人参、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 キャベツといんげんの スープ 鶏挽肉とじゃが芋のケ チャップ煮 ミルク	368 13.2 10 4.4
3 (土)	5倍粥 人参とかぶのスープ 鶏挽肉と野菜のみそ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、かぶ、根、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、たまねぎ、チンゲンサイ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 玉葱とチンゲンサイの スープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	344 12.6 9.2 1.8
5 (月)	5倍粥 シチュー カリフラワーと人参の煮浸 し ミルク	米、水、ノ水、鶏ひき肉、人参、たまねぎ、じゃがいも、米粉、牛乳、塩、ノカリフラワー、人参、水、削り節(だし用)、しょうゆ、ノ育児用ミルク、ノミルクパン、ノ水、削り節(だし用)、じゃがいも、カリフラワー、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、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、ノ育児用ミルク、	ミルクパン じゃが芋とカリフラワー のスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	381 14 11.5 4.1
6 (火)	5倍粥 白菜のみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、はくさい、チンゲンサイ、みそ、ノ魚、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、たまねぎ、さやいんげん、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参と玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	349 12.6 9.9 1.7
7 (水)	5倍粥 わかめスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、生わかめ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、大根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ食パン、どやうチーズ、ノ水、削り節(だし用)、大根、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	チーズトースト 大根のスープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	369 14 11.7 2.1
8 (木)	5倍粥 里芋と大根のすまし汁 魚と野菜のみそ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、さといも、大根、しょうゆ、ノ魚、人参、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、たまねぎ、ほうれんそう、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、大根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 玉葱とほうれん草の スープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	349 12.6 9.9 1.8
9 (金)	5倍粥 玉葱のみそ汁 じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、たまねぎ、こまつな、みそ、ノ鶏ひき肉、じゃがいも、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ食パン、りんご、三温糖、ノ水、削り節(だし用)、じゃがいも、キャベツ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	りんごジャムサンド じゃが芋とキャベツの スープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	387 13.9 10.8 4.9
10 (土)	5倍粥 キャベツと人参のスープ 鶏挽肉とじゃが芋のケ チャップ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、人参、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、ブロッコリー、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、人参、こまつな、みそ、ノ鶏ひき肉、凍り豆腐、たまねぎ、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参のみそ汁 鶏挽肉と高野豆腐の煮 物 ミルク	364 13.6 9.8 3.9
13 (火)	5倍粥 人参とキャベツのみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、人参、キャベツ、みそ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、さやいんげん、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ干しうどん、鶏ひき肉、はくさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ水、削り節(だし用)、たまねぎ、チンゲンサイ、しょうゆ、ノ人参、ノ育児用ミルク、	あなかけうどん 玉葱とチンゲンサイの スープ ポイイル人参 ミルク	347 13.3 9.8 2.3
14 (水)	5倍粥 玉葱とほうれん草のスー プ 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、ほうれんそう、しょうゆ、ノ魚、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、ノ育児用ミルク、ノ食パン、ノ水、削り節(だし用)、人参、ブロッコリー、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、じゃがいも、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	トースト 人参とブロッコリーの スープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	372 14.3 10.9 4.6
15 (木)	5倍粥 人参と白菜のすまし汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、はくさい、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、じゃがいも、人参、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、はくさい、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 じゃが芋と人参のスー プ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	351 12.9 9.7 3
16 (金)	5倍粥 さつま芋と玉葱のみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、さつまいも、たまねぎ、みそ、ノ魚、大根、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノミルクパン、ノ水、削り節(だし用)、人参、大根、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、片栗粉、水、たまねぎ、さやいんげん、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	ミルクパン 人参と大根のスープ 肉団子と野菜のケ チャップ煮 ミルク	365 12.9 11 2.1
17 (土)	5倍粥 人参とかぶのスープ 鶏挽肉と野菜のみそ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、かぶ、根、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、たまねぎ、チンゲンサイ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 玉葱とチンゲンサイの スープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	344 12.6 9.2 1.8
19 (月)	5倍粥 オーロラシチュー カリフラワーと人参の煮浸 し ミルク	米、水、ノ水、鶏ひき肉、たまねぎ、人参、じゃがいも、米粉、牛乳、ケチャップ、塩、ノカリフラワー、人参、水、削り節(だし用)、しょうゆ、ノ育児用ミルク、ノミルクパン、ノ水、削り節(だし用)、じゃがいも、カリフラワー、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、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、ノ育児用ミルク、	ミルクパン じゃが芋とカリフラワー のスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	382 14 11.5 4.1
20 (火)	5倍粥 白菜のみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、はくさい、チンゲンサイ、みそ、ノ魚、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、たまねぎ、さやいんげん、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参と玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	349 12.6 9.9 1.7
21 (水)	5倍粥 わかめスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、生わかめ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、大根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ食パン、どやうチーズ、ノ水、削り節(だし用)、大根、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	チーズトースト 大根のスープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	369 14 11.7 2.1
22 (木)	5倍粥 里芋と大根のすまし汁 魚と野菜のみそ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、さといも、大根、しょうゆ、ノ魚、人参、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、たまねぎ、ほうれんそう、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、大根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 玉葱とほうれん草の スープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	349 12.6 9.9 1.8
24 (土)	5倍粥 キャベツと人参のスープ 鶏挽肉とじゃが芋のケ チャップ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、人参、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、ブロッコリー、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、人参、こまつな、みそ、ノ鶏ひき肉、凍り豆腐、たまねぎ、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参のみそ汁 鶏挽肉と高野豆腐の煮 物 ミルク	364 13.6 9.8 3.9
26 (月)	5倍粥 じゃが芋のすまし汁 鶏挽肉と野菜のみそ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、大根、人参、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノミルクパン、バター、ノ水、削り節(だし用)、大根、人参、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、焼ふ、人参、はくさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	バタートースト 大根と人参のスープ 鶏挽肉と麩の煮物 ミルク	362 13 11.8 2.7
27 (火)	5倍粥 人参とキャベツのみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、人参、キャベツ、みそ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、さやいんげん、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ干しうどん、鶏ひき肉、はくさい、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ水、削り節(だし用)、たまねぎ、チンゲンサイ、しょうゆ、ノ人参、ノ育児用ミルク、	あなかけうどん 玉葱とチンゲンサイの スープ ポイイル人参 ミルク	347 13.3 9.8 2.3
28 (水)	5倍粥 玉葱とほうれん草のスー プ 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、ほうれんそう、しょうゆ、ノ魚、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、ノ育児用ミルク、ノ食パン、ノ水、削り節(だし用)、人参、ブロッコリー、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、じゃがいも、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	トースト 人参とブロッコリーの スープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	372 14.3 10.9 4.6
29 (木)	5倍粥 じゃが芋とわかめのみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、生わかめ、みそ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、キャベツ、こまつな、しょうゆ、ノツナ油漬缶、人参、かぶ、根、水、削り節(だし用)、三温糖、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 キャベツのスープ ツナと野菜の煮物 ミルク	376 13 12 2.3

* 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。