青い鳥保育園(離乳中期)

HI. CL	O 牛 	T	月い気休月園	
曜日	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
1	5倍粥 人参と玉葱のスープ 鶏挽肉と高野豆腐の煮物 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、凍り豆腐、人参、大根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/食パン、水、/水、削り節(だし用)、大根、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、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、/育児用ミルク、	パン粥 大根のスープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	369 12 12.7 2.8
2	5倍粥 キャベツのスープ 白身魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、しょうゆ、/白身魚、 人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児 用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、さやいんげん、しょう ゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、キャベツ、水、三温糖、ケチャップ、片栗 粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 玉葱といんげんのスー プ 鶏挽肉と野菜のケ チャップ煮 ミルク	360 11.6 11.2 1.3
3	5倍粥 大根と人参のすまし汁 肉団子と野菜の煮物 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、大根、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、たまねぎ、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/コッペパン、水、/水、削り節(だし用)、トマト、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、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、/育児用ミルク、	パン粥 トマトと玉葱のスープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	353 11.6 12.7 1.5
4 (木)	5倍粥 玉葱と人参のみそ汁 白身魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、たまねぎ、人参、みそ、/白身魚、キャベツ、 チンゲンサイ、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)、キャベツ、チンゲンサイ、しょうゆ、/ 鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、かぶ・根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょう ゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 キャベツのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	343 11.3 11.2 1.3
5 (金)	5倍粥 玉葱とわかめのみそ汁 じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、たまねぎ、生わかめ、みそ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、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、/育児用ミルク、/食パン、水、/水、削り節(だし用)、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、木綿豆腐、たまねぎ、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	パン粥 人参のスープ 豆腐と野菜のみそそぼ ろ煮 ミルク	375 12.2 12.9 3.1
6	5倍粥 キャベツとほうれん草の スープ 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)、キャベツ、ほうれんそう、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、/米、水、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、さやいんげん、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、さつまいも、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、	5倍粥 玉葱といんげんのスー プ さつま芋のそぼろ煮 ミルク	368 11.5 11.5 1.7
8 (月)	5倍粥 じゃが芋と人参のスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、じゃがいも、人参、しょうゆ、/ 鶏ひき肉、片栗粉、水、たまねぎ、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温 糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/食パン、水、/水、削り節(だし 用)、大根、チンゲンサイ、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、	パン粥 大根とチンゲンサイの スープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	359 11.5 12.3 2.1
9	5倍粥 人参と小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜のケチャップ 煮 ミルク	ニ温糖、しょつゆ、片栗粉、水、/ 育児用ミルク、 	玉葱のみそ汁 鶏挽肉と麩の煮物 ミルク	352 11.3 11.5 1.2
10	5倍粥 キャベツのみそ汁 白身魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、キャベツ、みそ、/白身魚、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/コッペパン、水、/水、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、木綿豆腐、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	パン粥 じゃが芋と玉葱のスー プ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	352 11.9 12.4 2
11	5倍粥 玉葱と人参のすまし汁 さつま芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、さつまいも、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、/育児用ミルク、/干しうどん、鶏ひき肉、片栗粉、水、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、/水、削り節(だし用)、人参、こまつな、しょうゆ、/さつまいも、/育児用ミルク、	ミートうどん 人参のスープ ボイルさつま芋 ミルク	375 11.7 11.5 2
12	5倍粥 かぶのスープ 白身魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、かぶ・根、ほうれんそう、しょうゆ、/白身魚、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、/コッペパン、水、/水、削り節(だし用)、グリーンアスパラガス、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、たまねぎ、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、	パン粥 アスパラと人参のスー プ 肉団子と野菜のみそ煮 ミルク	344 11.6 11.9 1.7
13 — ± —	5倍粥 大根のみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、大根、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、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、木綿豆腐、大根、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 人参のスープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	353 11.6 12.1 1.5
15 月	5倍粥 人参と玉葱のスープ 鶏挽肉と高野豆腐の煮物 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、凍り豆腐、人参、大根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/食パン、水、/水、削り節(だし用)、大根、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、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、/育児用ミルク、	パン粥 大根のスープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	369 12 12.7 2.8

16	5倍粥	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、しょうゆ、ノ白身魚、	5倍粥	360
_	キャベツのスープ 白身魚の野菜煮	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、/米、水、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、さやいんげん、しょう	玉葱といんげんのスー プ	11.6
火	ミルク	ゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、キャベツ、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 チャップ煮	11.2
\smile			ミルク	1.3
17	5倍粥	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、大根、人参、しょうゆ、/鶏ひき		353
~	大根と人参のすまし汁	肉、片栗粉、水、たまねぎ、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しょう ゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/コッペパン、水、/水、削り節(だし用)、ト	トマトと玉葱のスープ	11.6
水	肉団子と野菜の煮物 ミルク	マト、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、木綿豆腐、人参、たまね	豆腐と野菜のそぼろ煮	12.7
\smile	***	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、		1.5
18	5倍粥	米、水、/水、煮干し(だし用)、たまねぎ、人参、みそ、/白身魚、キャベツ、 チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミ	5倍粥	343
^	玉葱と人参のみそ汁 白身魚の野菜煮	アンケンケイ、水、削り即くだし用)、三価橋、じょうゆ、万米板、水、/胃が用さ ルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、キャベツ、チンゲンサイ、しょうゆ、/	キャヘツのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物	11.3
木	ミルク	鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、かぶ・根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょう	ミルク	11.2
$\overline{}$		ゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、		1.3
19	5倍粥	米、水、/水、煮干し(だし用)、たまねぎ、生わかめ、みそ、/鶏ひき肉、片栗 粉、水、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、	パン粥 人参のスープ	375
^	玉葱とわかめのみそ汁 じゃが芋のそぼろ煮	片栗粉、水、/育児用ミルク、/食パン、水、/水、削り節(だし用)、人参、	人参のスーノ 豆腐と野菜のみそそぼ	12.2
金	ミルク	しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、木綿豆腐、たまねぎ、こまつな、水、削り節	ろ煮	12.9
$\overline{}$	_ /+ 2/2	(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	ミルク	3.1
20	5倍粥 キャベツとほうれん草の	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、ほうれんそう、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、	5倍粥 玉葱といんげんのスー	368
~	スープ	しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、たま	プ しょうしん アンファー	11.5
土	鶏挽肉と野菜の煮物	ねぎ、さやいんげん、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、さつまいも、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	さつま芋のそぼろ煮	11.5
<u> </u>	ミルク	ク、	ミルク	1.7
	5倍粥	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、じゃがいも、人参、しょうゆ、/	パン粥	359
~	じゃが芋と人参のスープ 肉団子と野菜の煮物	鶏ひき肉、片栗粉、水、たまねぎ、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温 糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/食パン、水、/水、削り節(だし	大根とチンゲンサイの スープ	11.5
月	図画士C野来の無物 ミルク	用)、大根、チンゲンサイ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、たまね	スーノ 鶏挽肉と野菜の煮物	12.3
\smile	•	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	2.1
23	5倍粥	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、こまつな、しょうゆ、/鶏 ひき肉、片栗粉、水、たまねぎ、ホールトマト缶詰、水、三温糖、ケチャップ、片	5倍粥	352
^	人参と小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜のケチャップ	ひさめ、万未初、小、たまねさ、小一ルトマト古語、小、二温橋、ファヤッノ、万 栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、み	玉葱のみそ汁 鶏挽肉と麩の煮物	11.3
火	煮	そ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、焼ふ、キャベツ、こまつな、水、削り節(だし用)、	ミルク	11.5
	ミルク	三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、		1.2
24	5倍粥 キャベツのみそ汁	米、水、/水、煮干し(だし用)、キャベツ、みそ、/白身魚、人参、たまねぎ、 水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/コッペ	パン粥 じゃが芋と玉葱のスー	352
^	白身魚の野菜煮	パン、水、/水、削り節(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき	プ	11.9
水	ミルク	肉、片栗粉、水、木綿豆腐、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、 しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	豆腐と野菜のそぼろ煮	12.4
<u> </u>	<i>⊏ /</i> ☆ ⊅/2		ミルク	2
25	5倍粥 玉葱と人参のすまし汁	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、人参、しょうゆ、/鶏 ひき肉、片栗粉、水、さつまいも、たまねぎ、さやいんげん、水、削り節(だし	ミートっとん 人参のスープ	375
	さつま芋のそぼろ煮	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	ボイルさつま芋	11.7
木	ミルク	肉、片栗粉、水、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、/水、削り節 (だし用)、人参、こまつな、しょうゆ、/さつまいも、/育児用ミルク、	ミルク	11.5
00	5倍粥		パン粥	2
	かぶのスープ	ゆ、/白身魚、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗	アスパラと人参のスー	344 11.6
	白身魚の野菜煮	粉、水、/育児用ミルク、/コッペパン、水、/水、削り節(だし用)、グリーンア スパラガス、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、たまねぎ、ほうれんそ	プ	11.6
金	ミルク	う、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/ 育児用ミルク、	肉団子と野菜のみそ煮 ミルク	11.9
27	5倍粥	┃ ┃米、水、/水、煮干し(だし用)、大根、ほうれんそう、みそ、/鶏ひき肉、片栗	5倍粥	353
~	大根のみそ汁	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、	人参のスープ	11.6
	鶏挽肉と野菜の煮物		豆腐と野菜のそぼろ煮	12.1
	ミルク	糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	ミルク	1.5
	 5倍粥	【	5倍粥	370
_	玉葱のみそ汁	参、チンゲンサイ、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、チンゲンサイ、しょうゆ、/	人参とチンゲンサイの	11.4
火	肉団子と野菜の煮物 ミルク	鶏ひき肉、片栗粉、水、さつまいも、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、	スープ さつま芋のそぼろ煮	11.6
<u> </u>		しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	ミルク	1.6
	1			

^{*}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。