

献立表

令和6年6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 (土)	7倍粥 キャベツと玉葱のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、キャベツ、たまねぎ、/焼ふ、ほうれんそう、大根、水、片栗粉、 水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	309 7.7 14.6 0.4
3 (月)	7倍粥 人参と小松菜のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、人参、こまつな、/焼ふ、じゃがいも、人参、たまねぎ、水、/育 児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	315 7.8 14.6 1.7
4 (火)	7倍粥 キャベツのスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、キャベツ、/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 8.4 15.3 0.6
5 (水)	7倍粥 かぼちゃのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、かぼちゃ、/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	321 9.4 14.7 0.6
6 (木)	7倍粥 ほうれん草と玉葱のスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッ シュ ミルク	米、水、/水、ほうれんそう、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	317 8.1 14.9 1.7
7 (金)	7倍粥 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、/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	316 9.3 14.7 0.5
8 (土)	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、キャベツ、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 8.4 15.3 0.6
10 (月)	7倍粥 玉葱のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし 煮 ミルク	米、水、/水、たまねぎ、/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	312 7.8 14.9 0.4
11 (火)	7倍粥 小松菜と玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、こまつな、たまねぎ、/白身魚、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	315 9.3 14.7 0.4
12 (水)	7倍粥 人参とキャベツのスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、キャベツ、/木綿豆腐、大根、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 8.4 15.3 0.6
13 (木)	7倍粥 人参と玉葱スープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、たまねぎ、/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	316 9.3 14.7 0.4
14 (金)	7倍粥 大根と小松菜のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、大根、こまつな、/焼ふ、人参、とうがん、水、片栗粉、水、/育 児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	308 7.6 14.6 0.4
15 (土)	7倍粥 キャベツと玉葱のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、キャベツ、たまねぎ、/焼ふ、ほうれんそう、大根、水、片栗粉、 水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	309 7.7 14.6 0.4

17 (月)	7倍粥 人参と小松菜のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、人参、こまつな、/焼ふ、じゃがいも、人参、たまねぎ、水、/育 児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	315 7.8 14.6 1.7
18 (火)	7倍粥 キャベツのスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、キャベツ、/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 8.4 15.3 0.6
19 (水)	7倍粥 かぼちゃのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、かぼちゃ、/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	321 9.4 14.7 0.6
20 (木)	7倍粥 ほうれん草と玉葱のスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッ シュ ミルク	米、水、/水、ほうれん草、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	317 8.1 14.9 1.7
21 (金)	7倍粥 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、/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	316 9.3 14.7 0.5
22 (土)	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、キャベツ、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 8.4 15.3 0.6
24 (月)	7倍粥 玉葱のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし 煮 ミルク	米、水、/水、たまねぎ、/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	312 7.8 14.9 0.4
25 (火)	7倍粥 小松菜と玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、こまつな、たまねぎ、/白身魚、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	315 9.3 14.7 0.4
26 (水)	7倍粥 人参とキャベツのスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、キャベツ、/木綿豆腐、大根、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 8.4 15.3 0.6
27 (木)	7倍粥 人参と玉葱スープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、たまねぎ、/白身魚、ほうれん草、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
28 (金)	7倍粥 大根と小松菜のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、大根、こまつな、/焼ふ、人参、とうがん、水、片栗粉、水、/育 児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	308 7.6 14.6 0.4
29 (土)	7倍粥 人参とキャベツのスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、キャベツ、/木綿豆腐、こまつな、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 8.4 15.3 0.6

* 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。