

献立表

令和6年8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 木 | 7倍粥 人参と玉葱のスープ 白身魚と大根のつぶし煮 ミルク | 米、水、/水、人参、たまねぎ、/白身魚、大根、水、片栗粉、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、 | ミルク | 315 9.2 14.7 0.4 |
| 2 金 | 7倍粥 かぼちゃのスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、/水、かぼちゃ、/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 | 323 8.5 15.3 0.7 |
| 3 土 | 7倍粥 大根のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、/水、大根、/焼ふ、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 | 309 7.6 14.6 0.4 |
| 5 月 | 7倍粥 キャベツと人参のスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッシュ ミルク | 米、水、/水、キャベツ、人参、/凍り豆腐、じゃがいも、たまねぎ、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、 | ミルク | 317 8.1 14.9 1.7 |
| 6 火 | 7倍粥 大根のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、/水、大根、/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 | 315 9.2 14.7 0.4 |
| 7 水 | 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、たまねぎ、キャベツ、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 |
| 8 木 | 7倍粥 玉葱とじゃが芋のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、/水、たまねぎ、じゃがいも、/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 | 318 9.3 14.7 0.8 |
| 9 金 | 7倍粥 トマトと玉葱のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、/水、トマト、たまねぎ、/木綿豆腐、かぼちゃ、人参、水、片栗粉、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、 | ミルク | 320 8.4 15.3 0.6 |
| 10 土 | 7倍粥 人参とキャベツのスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク | 米、水、/水、人参、キャベツ、/焼ふ、じゃがいも、たまねぎ、こまつな、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、 | ミルク | 315 7.8 14.6 1.7 |
| 13 火 | 7倍粥 キャベツのスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッシュ ミルク | 米、水、/水、キャベツ、/凍り豆腐、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 | 317 8.1 14.9 1.7 |
| 14 水 | 7倍粥 キャベツと玉葱のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、/水、キャベツ、たまねぎ、/木綿豆腐、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 | 317 8.4 15.3 0.6 |
| 15 木 | 7倍粥 玉葱のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、/水、たまねぎ、/木綿豆腐、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 | 317 8.4 15.3 0.6 |
| 16 金 | 7倍粥 かぼちゃのスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、/水、かぼちゃ、/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 | 323 8.5 15.3 0.7 |
| 17 土 | 7倍粥 大根のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、/水、大根、/焼ふ、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 | 309 7.6 14.6 0.4 |

| | | | | |
|---------|---|---|-----|---------------------------|
| 19 月 | 7倍粥 かぼちゃと玉葱のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、／水、かぼちゃ、たまねぎ、／凍り豆腐、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 | 314 7.9 14.9 0.5 |
| 20 火 | 7倍粥 大根のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、／水、大根、／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 | 315 9.2 14.7 0.4 |
| 21 水 | 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、たまねぎ、キャベツ、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 |
| 22 木 | 7倍粥 玉葱とじゃが芋のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、／水、たまねぎ、じゃがいも、／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 | 318 9.3 14.7 0.8 |
| 23 金 | 7倍粥 玉葱のスープ 豆腐と人参のつぶし煮 ミルク | 米、水、／水、たまねぎ、／木綿豆腐、人参、水、片栗粉、水、／育児用ミル ク、／育児用ミルク、 | ミルク | 316 8.3 15.3 0.6 |
| 24 土 | 7倍粥 人参とキャベツのスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク | 米、水、／水、人参、キャベツ、／焼ふ、じゃがいも、たまねぎ、こまつな、水、 ／育児用ミルク、／育児用ミルク、 | ミルク | 315 7.8 14.6 1.7 |
| 26 月 | 7倍粥 人参とほうれん草のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、／水、人参、ほうれん草、／木綿豆腐、大根、キャベツ、水、片栗 粉、水、／育児用ミルク、／育児用ミルク、 | ミルク | 316 8.4 15.3 0.6 |
| 27 火 | 7倍粥 トマトのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、／水、トマト、／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 | 315 9.2 14.7 0.3 |
| 28 水 | 7倍粥 キャベツと玉葱のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、／水、キャベツ、たまねぎ、／木綿豆腐、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 | 317 8.4 15.3 0.6 |
| 29 木 | 7倍粥 人参と大根のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、／水、人参、大根、／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 | 315 9.2 14.7 0.4 |
| 30 金 | 7倍粥 キャベツのスープ しらすと野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、／水、キャベツ、／しらす干し、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 | 310 8.1 14.6 0.4 |
| 31 土 | 7倍粥 人参と小松菜のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク | 米、水、／水、人参、こまつな、／焼ふ、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 | 310 7.6 14.6 0.5 |

* 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、多少変更する場合がございますので、ご了承ください。