

献立表

令和6年9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				
2月	五目がゆみそ汁 鶏肉と里芋の煮ころがし 佐ミルク	防災の日につき、非常食体験メニュー お知らせ・玄関掲示をご覧ください。	◎牛乳・菓子 五目がゆみそ汁 鶏と野菜のあんかけ 佐ミルク	323 8.2 8.3 2.2
3火	5倍粥 人参ときゃべツのスープ 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、ノ魚、ツキニー、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、ノ干しうどん、水、削り節(だし用)、キャベツ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、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、ノ人参、ノ育児用ミルク、	煮込みうどん 鶏挽肉と野菜の煮物 ポイル人参 ミルク	344 13 9.8 2
4水	5倍粥 人参ときゃべツのすまし汁 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、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、かぼちゃ、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、ノ水、削り節(だし用)、かぼちゃ、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、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、	トースト かぼちゃときゃべツのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	357 13.1 10.5 2.5
5木	5倍粥 大根ときゃべツのみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、大根、たまねぎ、みそ、ノ魚、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)、人参、もやし、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、片栗粉、水、大根、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参ともやしのスープ 肉団子と野菜のみそ煮 ミルク	348 12.7 10 1.8
6金	5倍粥 人参ときゃべツのスープ 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、レタス、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、片栗粉、水、トマト、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、ノパンズパン、ノ水、削り節(だし用)、トマト、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、レタス、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、	パンズパン トマトときゃべツのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	341 12.7 10 1.7
7土	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、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、ほうれん草、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、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、たまねぎ、さやいんげん、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、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、ノ育児用ミルク、	5倍粥 玉葱ときんげん草のスープ さつまいものそぼろ煮 ミルク	367 13.1 9.3 2.2
9月	5倍粥 人参ときゃべツのみそ汁 じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、ノ鶏ひき肉、じゃがいも、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)、じゃがいも、たまねぎ、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、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 じゃが芋ときゃべツのスープ 鶏挽肉と野菜のみそ煮 ミルク	363 13.3 9.4 4.4
10火	5倍粥 キャベツときゃべツのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、たまねぎ、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、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、切り干しだいこん、かぼちゃ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、キャベツ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 切干大根ときゃべツのスープ 肉団子と野菜のケチャップ煮 ミルク	363 13 9.3 2.4
11水	5倍粥 なすときゃべツのみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、なす、たまねぎ、みそ、ノ魚、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、ノ食パン、ノギザ用チーズ、ノ水、削り節(だし用)、はくさい、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、なす、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 白菜ときゃべツのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	351 13 11.2 2.1
12木	5倍粥 大根ときゃべツのすまし汁 豆腐と野菜のみそそぼろ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、大根、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、ほうれん草、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ干しうどん、鶏ひき肉、人参、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)、大根、ほうれん草、しょうゆ、ノさつまいも、ノ育児用ミルク、	あんかけうどん 大根とほうれん草のスープ ポイルさつまい ミルク	358 13.3 9.8 2.4
13金	5倍粥 シチュー キャベツと人参の煮浸し ミルク	米、水、ノ水、鶏ひき肉、人参、たまねぎ、じゃがいも、米粉、水、牛乳、塩、ノキャベツ、人参、水、削り節(だし用)、しょうゆ、ノ育児用ミルク、ノパンズパン、ノ水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、凍り豆腐、キャベツ、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、	パンズパン 人参ときゃべツのスープ 鶏挽肉と高野豆腐の煮物 ミルク	374 13.2 11.7 3
14土	5倍粥 じゃが芋ときゃべツのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 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、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、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、焼ふ、キャベツ、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 人参ときゃべツのスープ 鶏挽肉と麩の煮物 ミルク	349 12.7 9.1 2.4
17火	5倍粥 白菜ときゃべツのみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、はくさい、たまねぎ、みそ、ノ魚、南瓜、ほうれん草、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、ほうれん草、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、さつまいも、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 人参とほうれん草のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	365 12.8 10 2.1
18水	5倍粥 人参ときゃべツのすまし汁 豆腐と野菜のみそそぼろ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、かぼちゃ、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、ノ水、削り節(だし用)、かぼちゃ、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、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、	トースト かぼちゃときゃべツのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	357 13.1 10.5 2.5
19木	5倍粥 大根ときゃべツのみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、大根、たまねぎ、みそ、ノ魚、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)、人参、もやし、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、片栗粉、水、大根、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 人参ともやしのスープ 肉団子と野菜のみそ煮 ミルク	348 12.7 10 1.8
20金	5倍粥 さつまいものシチュー キャベツと人参の煮浸し ミルク	米、水、ノ水、鶏ひき肉、人参、たまねぎ、さつまいも、米粉、水、牛乳、塩、ノキャベツ、人参、水、削り節(だし用)、しょうゆ、ノ育児用ミルク、ノパンズパン、ノ水、削り節(だし用)、人参、さつまいも、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、キャベツ、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、	パンズパン 人参とさつまいものスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	389 13.2 11.3 2.4
21土	5倍粥 人参ときゃべツのみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、人参、かぶ、根、みそ、ノ鶏ひき肉、人参、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ米、水、ノ水、削り節(だし用)、人参、チンゲンサイ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、かぶ、根、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 人参ときんげん草のスープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	347 12.7 9.8 1.9
24火	5倍粥 キャベツときゃべツのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、かぼちゃ、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)、切り干しだいこん、かぼちゃ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、キャベツ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、	5倍粥 切干大根ときゃべツのスープ 肉団子と野菜のケチャップ煮 ミルク	363 13 9.3 2.4
25水	5倍粥 なすときゃべツのみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、煮干し(だし用)、なす、たまねぎ、みそ、ノ魚、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、ノ食パン、ノギザ用チーズ、ノ水、削り節(だし用)、はくさい、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、人参、なす、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 白菜ときゃべツのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	351 13 11.2 2.1
26木	5倍粥 大根ときゃべツのすまし汁 豆腐と野菜のみそそぼろ煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、大根、たまねぎ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、ほうれん草、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、ノ育児用ミルク、ノ干しうどん、鶏ひき肉、人参、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)、大根、ほうれん草、しょうゆ、ノさつまいも、ノ育児用ミルク、	あんかけうどん 大根とほうれん草のスープ ポイルさつまい ミルク	358 13.3 9.8 2.4
27金	5倍粥 人参ときゃべツのスープ 魚の野菜煮 ミルク	米、水、ノ水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、とうがん、しょうゆ、ノ魚、キャベツ、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、ノ水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、ノ鶏ひき肉、とうがん、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 人参ときゃべツのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	345 12.6 10.6 1.9
28土	5倍粥 じゃが芋ときゃべツのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 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、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、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、焼ふ、キャベツ、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 人参ときゃべツのスープ 鶏挽肉と麩の煮物 ミルク	349 12.7 9.1 2.4
30月	5倍粥 人参ときゃべツのみそ汁 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、たまねぎ、みそ、ノ鶏ひき肉、木綿豆腐、かぼちゃ、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、ノ水、削り節(だし用)、人参、かぼちゃ、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、	トースト 人参ときゃべツのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	360 13.1 10.7 2.5

* 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、多少変更することもありますので、ご了承ください。