

献立表

令和6年9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				
2月	防災の日につき、非常食体験 お知らせ・玄関掲示をご覧ください。			
3火	7倍粥 人参とキャベツのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、キャベツ、/白身魚、ズッキーニ、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 9.3 14.7 0.4
4水	7倍粥 人参と玉葱のスープ 豆腐とかぼちゃのつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、たまねぎ、/木綿豆腐、かぼちゃ、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
5木	7倍粥 大根と玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、大根、たまねぎ、/白身魚、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	314 9.3 14.7 0.4
6金	7倍粥 人参のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、/焼ふ、トマト、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 0.4
7土	7倍粥 キャベツとほうれん草の スープ 麩とさつまいものマッシュ ミルク	米、水、/水、キャベツ、ほうれん草、/焼ふ、さつまいも、人参、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	325 7.8 14.6 0.8
9月	7倍粥 人参と玉葱のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし 煮 ミルク	米、水、/水、人参、たまねぎ、/凍り豆腐、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	311 7.8 14.9 0.5
10火	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、かぼちゃ、たまねぎ、水、片栗粉、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	313 7.7 14.6 0.5
11水	7倍粥 玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、たまねぎ、/白身魚、人参、はくさい、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木	7倍粥 大根と玉葱のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、大根、たまねぎ、/木綿豆腐、人参、ほうれん草、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金	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、キャベツ、人参、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
14土	7倍粥 じゃが芋と玉葱のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、じゃがいも、たまねぎ、/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	312 7.7 14.6 0.8
17火	7倍粥 白菜と玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、はくさい、たまねぎ、/白身魚、南瓜、ほうれん草、水、片栗粉、水、/育児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	317 9.4 14.7 0.5
18水	7倍粥 人参と玉葱のスープ 豆腐とかぼちゃのつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、たまねぎ、/木綿豆腐、かぼちゃ、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

19 木	7倍粥 大根と玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、大根、たまねぎ、／白身魚、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	314 9.3 14.7 0.4
20 金	7倍粥 キャベツのスープ 高野豆腐とさつま芋のマッ シュ ミルク	米、水、／水、キャベツ、／凍り豆腐、さつまいも、人参、たまねぎ、水、／育児 用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	327 8 14.9 0.7
21 土	7倍粥 人参とかぶのスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、人参、かぶ・根、／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	318 8.3 15.3 0.6
24 火	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、かぼちゃ、たまねぎ、水、片栗粉、 水、／育児用ミルク、／育児用ミルク、	ミルク	313 7.7 14.6 0.5
25 水	7倍粥 玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、たまねぎ、／白身魚、人参、はくさい、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 木	7倍粥 大根と玉葱のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、大根、たまねぎ、／木綿豆腐、人参、ほうれんそう、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 金	7倍粥 人参と冬瓜のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、人参、とうがん、／白身魚、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	315 9.3 14.7 0.4
28 土	7倍粥 じゃが芋と玉葱のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、／水、じゃがいも、たまねぎ、／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	312 7.7 14.6 0.8
30 月	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

* 食事には、麦茶がつかます。

* 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。