

献立表

令和6年12月

練馬区立保育園(離乳初期)

日付 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
2月	7倍粥 ブロッコリーと人参のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、水、ブロッコリー、人参、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	317 8 14.6 1.9
3火	7倍粥 人参とかぶのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、人参、かぶ、根、白身魚、はくさい、人参、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
4水	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、大根、水、片栗粉、水、 育児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	314 7.8 14.9 0.5
5木	7倍粥 玉葱と白菜のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、たまねぎ、はくさい、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、凍り豆腐、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
7土	7倍粥 玉葱のスープ 麩とさつま芋のマッシュ ミルク	米、水、水、たまねぎ、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	327 7.7 14.6 0.7
9月	7倍粥 人参と大根のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、人参、大根、凍り豆腐、ブロッコリー、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 8.6 15.3 0.7
10火	7倍粥 かぶと小松菜のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、かぶ、根、こまつな、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	314 9.3 14.7 0.4
11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、凍り豆腐、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
12木	7倍粥 じゃが芋と玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、じゃがいも、たまねぎ、白身魚、大根、人参、水、片栗粉、水、 育児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	317 9.3 14.7 0.7
13金	7倍粥 玉葱とほうれん草のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし 煮 ミルク	米、水、水、たまねぎ、ほうれん草、凍り豆腐、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	314 7.9 14.9 0.6
14土	7倍粥 キャベツと人参のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、キャベツ、人参、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
16月	7倍粥 ブロッコリーと人参のスー プ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、水、ブロッコリー、人参、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	317 8 14.6 1.9
17火	7倍粥 人参とかぶのスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、人参、かぶ、根、白身魚、はくさい、人参、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
18水	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、大根、水、片栗粉、水、 育児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	314 7.8 14.9 0.5
19木	7倍粥 人参と玉葱のスープ 高野豆腐とじゃが芋のマッ シュ ミルク	米、水、水、人参、たまねぎ、凍り豆腐、じゃがいも、キャベツ、水、 育児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	317 8.1 14.9 1.7
20金	7倍粥 人参と大根のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、人参、大根、凍り豆腐、かぼちゃ、キャベツ、水、片栗粉、水、 育児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	319 8.4 15.3 0.7
21土	7倍粥 玉葱のスープ 麩とさつま芋のマッシュ ミルク	米、水、水、たまねぎ、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	327 7.7 14.6 0.7
23月	7倍粥 人参と大根のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、人参、大根、凍り豆腐、ブロッコリー、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 8.6 15.3 0.7
24火	7倍粥 かぶと小松菜のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、かぶ、根、こまつな、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	314 9.3 14.7 0.4
25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、凍り豆腐、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
26木	7倍粥 じゃが芋と玉葱のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、じゃがいも、たまねぎ、白身魚、大根、人参、水、片栗粉、水、 育児用ミルク、育児用ミルク、	ミルク	317 9.3 14.7 0.7
27金	7倍粥 人参とほうれん草のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし 煮 ミルク	米、水、水、人参、ほうれん草、凍り豆腐、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	314 7.9 14.9 0.6
28土	7倍粥 キャベツと人参のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、水、キャベツ、人参、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、多少変更することもございますので、ご了承ください。