

献立表

令和7年2月

青い鳥保育園(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
1 土	7倍粥 玉葱のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、たまねぎ、/焼ふ、じゃがいも、人参、キャベツ、水、/育児用 ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	316 7.8 14.6 1.7
3 月	7倍粥 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、人参、/凍り豆腐、じゃがいも、ブロッコリー、水、/育児用ミ ルク、/育児用ミルク、	ミルク	318 8.2 14.9 1.9
4 火	7倍粥 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、キャベツ、/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 9.3 14.7 0.4
5 水	7倍粥 白菜のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、はくさい、/焼ふ、人参、かぶ・根、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
6 木	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、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	314 9.3 14.7 0.4
7 金	7倍粥 かぶと玉葱のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、かぶ・根、たまねぎ、/木綿豆腐、はくさい、こまつな、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 0.5
8 土	7倍粥 キャベツと人参のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし 煮 ミルク	米、水、/水、キャベツ、人参、/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	312 8.1 14.9 0.6
10 月	7倍粥 白菜のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、はくさい、/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	316 8.3 15.3 0.5
12 水	7倍粥 さつまいもと人参のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、さつまいも、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	321 9.3 14.7 0.5
13 木	7倍粥 人参と玉葱のスープ 麩と白菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、たまねぎ、/焼ふ、はくさい、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
14 金	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
15 土	7倍粥 玉葱のスープ 麩とじゃが芋のマッシュ ミルク	米、水、/水、たまねぎ、/焼ふ、じゃがいも、人参、キャベツ、水、/育 児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	316 7.8 14.6 1.7
17 月	7倍粥 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、人参、/凍り豆腐、じゃがいも、ブロッコリー、水、/育 児用ミルク、/育児用ミルク、	ミルク	318 8.2 14.9 1.9
18 火	7倍粥 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、キャベツ、/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 9.3 14.7 0.4
19 水	7倍粥 白菜のスープ 麩と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、はくさい、/焼ふ、人参、かぶ・根、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
20 木	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、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	314 9.3 14.7 0.4
21 金	7倍粥 かぶと玉葱のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、かぶ・根、たまねぎ、/木綿豆腐、はくさい、こまつな、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 0.5
22 土	7倍粥 キャベツと人参のスープ 高野豆腐と野菜のつぶし 煮 ミルク	米、水、/水、キャベツ、人参、/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	312 8.1 14.9 0.6
25 火	7倍粥 人参と小松菜のスープ 豆腐と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、こまつな、/木綿豆腐、大根、はくさい、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 0.5
26 水	7倍粥 さつまいもと人参のスープ 白身魚と野菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、さつまいも、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	321 9.3 14.7 0.5
27 木	7倍粥 人参と玉葱のスープ 麩と白菜のつぶし煮 ミルク	米、水、/水、人参、たまねぎ、/焼ふ、はくさい、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
28 金	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

* 食事には、麦茶がつけます。

* 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。