

献立表

2024年04月

イカイノ保育園(初期食)

| 日 曜 | 時間帯 | 献立 | 材 料 名 | | | |
|---------|-----|---|----------|------------|-------------|-------|
| | | | 黄 | 赤 | 緑 | |
| | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | その他 |
| 02 火 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(しらす干し) 野菜のペースト(ブロッコリー・にんじん) | 米 | しらす干し | ブロッコリー、にんじん | |
| 03 水 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(にんじん・キャベツ) | 米 | 木綿豆腐 | にんじん、キャベツ | |
| 04 木 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(こまつな・さつまいも) | 米 | しらす干し | こまつな | |
| 05 金 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(かぼちゃ・はくさい) | 米 | 木綿豆腐 | かぼちゃ、はくさい | |
| 06 土 | 昼食 | 10倍粥 ペースト(しらす・こまつな・たまねぎ) | 米 | しらす干し | たまねぎ、こまつな | |
| 08 月 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(かぼちゃ・にんじん) | 米 | 木綿豆腐 | にんじん、かぼちゃ | |
| 09 火 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(さつま芋・こまつな) | 米 | しらす干し | こまつな | |
| 10 水 | 昼食 | 10倍粥 ペースト(豆腐・キャベツ・にんじん) | 米 | 木綿豆腐 | にんじん、キャベツ | |
| 11 木 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん) | 米 | しらす干し | にんじん、たまねぎ | |
| 12 金 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(だいこん・かぼちゃ) | 米 | 木綿豆腐 | だいこん、かぼちゃ | |
| 13 土 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん) | 米 | 木綿豆腐 | にんじん、キャベツ | |
| 15 月 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(かぼちゃ・はくさい) | 米 | 木綿豆腐 | はくさい、かぼちゃ | |
| 16 火 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(にんじん・キャベツ) | 米 | しらす干し | にんじん、キャベツ | |
| 17 水 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(にんじん・じゃがいも) | 米 | 木綿豆腐 | にんじん | |
| 18 木 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(ブロッコリー・たまねぎ) | 米 | しらす干し | ブロッコリー、たまねぎ | |
| 19 金 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(にんじん・じゃがいも) | 米 | 木綿豆腐 | にんじん | |
| 20 土 | 昼食 | 10倍粥 ペースト(豆腐・こまつな・たまねぎ) | 米 | 木綿豆腐 | たまねぎ、こまつな | |
| 22 月 | 昼食 | 10倍粥 豆乳煮(じゃがいも・たまねぎ・にんじん) | 米 | 豆乳 | たまねぎ、にんじん | 昆布だし汁 |
| 23 火 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(かぼちゃ・チンゲン菜) | 米 | しらす干し | チンゲンサイ、かぼちゃ | |
| 24 水 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(にんじん・キャベツ) | 米 | 木綿豆腐 | にんじん、キャベツ | |
| 25 木 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(こまつな・じゃがいも) | 米 | しらす干し | こまつな | |
| 26 金 | 昼食 | 10倍粥 ペースト(豆腐・チンゲン菜・たまねぎ) | 米 | 木綿豆腐 | チンゲンサイ、たまねぎ | |
| 27 土 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん) | 米 | 木綿豆腐 | にんじん、キャベツ | |
| 30 火 | 昼食 | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(にんじん・ほうれん草) | 米 | 絹ごし豆腐 | だいこん | |