

献立表

2024年07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
01月	昼食	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)	米	木綿豆腐	にんじん、たまねぎ	昆布だし汁
02火	昼食	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(にんじん・こまつな)	米	しらす干し	にんじん、こまつな	昆布だし汁
03水	昼食	10倍粥 ペースト(豆腐・だいこん・じゃがいも)	米 じゃがいも	木綿豆腐	だいこん	昆布だし汁
04木	昼食	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(じゃがいも・にんじん)	米 じゃがいも	木綿豆腐	にんじん	昆布だし汁
05金	昼食	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(キャベツ・たまねぎ)	米	しらす干し	たまねぎ、キャベツ	昆布だし汁
06土	昼食	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)	米	木綿豆腐	にんじん、たまねぎ	昆布だし汁
08月	昼食	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ・キャベツ)	米	しらす干し	たまねぎ、キャベツ	昆布だし汁
09火	昼食	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(さつまいも・チンゲン菜)	米 じゃがいも	しらす干し	チンゲンサイ	昆布だし汁
10水	昼食	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)	米	木綿豆腐	にんじん、たまねぎ	昆布だし汁
11木	昼食	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(かぼちゃ・たまねぎ)	米	しらす干し	かぼちゃ、たまねぎ	昆布だし汁
12金	昼食	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(じゃがいも・にんじん)	米 じゃがいも	木綿豆腐	にんじん	昆布だし汁
13土	昼食	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)	米	木綿豆腐	にんじん、たまねぎ	昆布だし汁
16火	昼食	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)	米	木綿豆腐	にんじん、たまねぎ	昆布だし汁
17水	昼食	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(チンゲン菜・たまねぎ)	米	しらす干し	チンゲンサイ、たまねぎ	昆布だし汁
18木	昼食	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(かぼちゃ・こまつな)	米	木綿豆腐	こまつな、かぼちゃ	昆布だし汁
19金	昼食	10倍粥 ペースト(豆腐・たまねぎ・にんじん)	米	木綿豆腐	にんじん、たまねぎ	昆布だし汁
20土	昼食	10倍粥 ペースト(しらす・キャベツ・こまつな)	水芋、米	しらす干し	こまつな、キャベツ	昆布だし汁
22月	昼食	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)	米	木綿豆腐	にんじん、たまねぎ	昆布だし汁
23火	昼食	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(チンゲン菜・じゃがいも)	米 じゃがいも	木綿豆腐	チンゲンサイ	昆布だし汁
24水	昼食	10倍粥 ペースト(豆腐・にんじん・じゃがいも)	米 じゃがいも	木綿豆腐	にんじん	昆布だし汁
25木	昼食	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(かぼちゃ・たまねぎ)	米	しらす干し	かぼちゃ、たまねぎ	昆布だし汁
26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 じゃがいも	絹ごし豆腐	にんじん	昆布だし汁
27土	昼食	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(こまつな・にんじん)	米	木綿豆腐	にんじん、こまつな	昆布だし汁
29月	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	絹ごし豆腐	にんじん、キャベツ	昆布だし汁
30火	昼食	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・じゃがいも)	米 じゃがいも	木綿豆腐	たまねぎ	昆布だし汁
31水	昼食	10倍粥 ペースト(しらす・たまねぎ・にんじん)	米	しらす干し	にんじん、たまねぎ	昆布だし汁