


初期食


令和6年5月

国立ひまわり保育園

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
1 水	午前食	10倍粥 さつまいものスープ 野菜の煮物	米 さつまいも じゃが芋		玉ねぎ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
2 木	午前食	10倍粥 かぼちゃのスープ 野菜の煮物	米 じゃが芋		かぼちゃ、玉ねぎ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
7 火	午前食	10倍粥 大根スープ じゃが芋のマッシュ	米 じゃが芋		大根 人参、玉ねぎ	昆布だし汁
8 水	午前食	10倍粥 かぶのスープ かぼちゃの煮物	米		かぶ かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
9 木	午前食	10倍粥 キャベツのスープ 白身魚と野菜の煮物	米 片栗粉	カレイ	キャベツ かぶ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
10 金	午後食	しらす入りくたくたうどん じゃが芋煮	干しうどん じゃが芋	しらす干し	人参、玉ねぎ、キャベツ	昆布だし汁 昆布だし汁
11 土	午前食	10倍粥 かぼちゃのスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	かぼちゃ キャベツ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
13 月	午前食	10倍粥 チンゲン菜のスープ さつまいものマッシュ	米 さつまいも		チンゲン菜 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
14 火	午前食	10倍粥 ほうれん草のスープ 白身魚と野菜の煮物	米 じゃが芋、片栗粉	カレイ	玉ねぎ、ほうれん草 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
15 水	午前食	10倍粥 じゃが芋のスープ 野菜の煮物	米 じゃが芋		大根、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
16 木	午前食	10倍粥 大根のスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	大根 人参、ほうれん草	昆布だし汁 昆布だし汁
17 金	午前食	10倍粥 さつまいものスープ 白身魚と野菜の煮物	米 さつまいも 片栗粉	カレイ	人参 人参、玉ねぎ	昆布だし汁 昆布だし汁
18 土	午前食	10倍粥 玉ねぎスープ 野菜の煮物	米		玉ねぎ かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
20 月	午前食	10倍粥 かぼちゃのスープ 野菜の煮物	米 じゃが芋		かぼちゃ、玉ねぎ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
21 火	午前食	10倍粥 大根スープ じゃが芋のマッシュ	米 じゃが芋		大根 人参、玉ねぎ	昆布だし汁
22 水	午前食	10倍粥 かぶのスープ かぼちゃの煮物	米		かぶ かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
23 木	午前食	10倍粥 キャベツのスープ 白身魚と野菜の煮物	米 片栗粉	カレイ	キャベツ かぶ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
24 金	午前食	しらす入りくたくたうどん じゃが芋煮	干しうどん じゃが芋	しらす干し	人参、玉ねぎ、キャベツ	昆布だし汁 昆布だし汁
25 土	午前食	10倍粥 かぼちゃのスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	かぼちゃ キャベツ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
27 月	午前食	10倍粥 チンゲン菜のスープ さつまいものマッシュ	米 さつまいも		チンゲン菜 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
28 火	午前食	10倍粥 ほうれん草のスープ 白身魚と野菜の煮物	米 じゃが芋、片栗粉	カレイ	玉ねぎ、ほうれん草 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
29 水	午前食	10倍粥 じゃが芋のスープ 野菜の煮物	米 じゃが芋		大根、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
30 木	午前食	10倍粥 大根のスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	大根 人参、ほうれん草	昆布だし汁 昆布だし汁
31 金	午前食	10倍粥 さつまいものスープ 白身魚と野菜の煮物	米 さつまいも 片栗粉	カレイ	人参 人参、玉ねぎ	昆布だし汁 昆布だし汁

※離乳食の後にミルクを飲みます。

※園の行事、その他の都合で、献立を変更する場合があります。