

離乳食(後期)献立表

現在、後期に該当する園児がない為、後期献立の作成をしておりません。こちらは献立例となります。

※ 後期食は、食材を約1cmサイズにカットしています。

※ 材料の都合で献立を変更することがあります。

※ 食べたことのない食材は、アレルギーの心配があるので、必ず給食までに試してください。

献立種類	1日平均				
	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
栄養素	150 kcal	6.2 g	1.2 g	31 g	0.5 g
平均栄養価					

日	曜日	献立名	ざいりょう				3時 おやつ	
			赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ 力や体温となるもの	その他	献立名	ざいりょう
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類			
1	木	豆腐のだし煮 人参の煮物 粥	充填豆腐	白菜 人参、玉葱		うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	ふかし芋	さつま芋
2	金	鶏とキャベツのみそ煮 じゃが芋の煮物 粥	鶏むね肉、みそ	キャベツ 人参	米 さとう じゃがいも、さとう	和風だし うすくち醤油、和風だし	ヘビーせんべい	アハノマハビ-煎餅
3	土	しらすと大根のくず煮 アロギ-の煮物 粥	しらす干し	大根 アロギ-、玉葱	米 片栗粉 さとう	和風だし、うすくち醤油 濃口醤油、和風だし	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
5	月	魚とさつま芋の煮物 キャベツのお浸し 粥	黄金がし	キャベツ、人参	米 さつま芋、さとう	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	小魚せんべい	小魚おハイ
6	火	鶏と白菜のみそ煮 南瓜の煮物 粥	鶏むね肉、みそ	白菜 かぼちゃ、玉葱	米 さとう さとう	和風だし 濃口醤油、和風だし	ハイハイ	ハイハイ
7	水	豆腐(木綿)のあんかけ煮 アロギ-のお浸し 粥	木綿豆腐	玉葱 アロギ-、人参	米 さとう、片栗粉	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
8	木	魚とじゃが芋の煮物 大根のだし煮 粥	白糸たら	大根、人参	米 じゃがいも、さとう	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	小魚せんべい	小魚おハイ
9	金	豆腐のみそ煮 ほうれん草の煮浸し 粥	充填豆腐、みそ	人参 ほうれん草、玉葱	米 さとう	和風だし うすくち醤油、和風だし	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
10	土	さつま芋の味噌そぼろ煮 アロギ-のお浸し 粥	鶏むね肉、みそ	アロギ-、玉葱	米 さつま芋、さとう、片栗粉	和風だし うすくち醤油、和風だし	ヘビーせんべい	アハノマハビ-煎餅
12	月	豆腐のあんかけ煮 キャベツのみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	ほうれん草 キャベツ、人参	米 さとう、片栗粉 さとう	うすくち醤油、和風だし 和風だし	小魚せんべい	小魚おハイ
13	火	しらすと大根の煮物 白菜のお浸し 粥	しらす干し	大根 白菜、人参	米 さとう	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	ふかしポテト	じゃがいも、塩
14	水	牛とじゃが芋の煮物 アロギ-とトトのお浸し 粥	牛小間肉	アロギ-、トト	米 じゃがいも、さとう	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	ハイハイ	ハイハイ
15	木	南瓜のそぼろ煮 キャベツのみそ煮 粥	鶏むね肉 みそ	かぼちゃ キャベツ、ほうれん草	米 さとう、片栗粉 さとう	うすくち醤油、和風だし 和風だし	ヘビーせんべい	アハノマハビ-煎餅
16	金	豆腐(木綿)の煮物 さつま芋の甘煮 粥	木綿豆腐	玉葱 人参	米 さとう さつま芋、さとう	うすくち醤油、和風だし	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
17	土	魚とじゃが芋の煮物 大根のお浸し 粥	白糸たら	大根、人参	米 じゃがいも、さとう	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	ハイハイ	ハイハイ
20	火	魚とさつま芋の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	黄金がし	ほうれん草、人参	米 さつま芋、さとう	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
21	水	鶏と大根の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏むね肉	大根 アロギ-、玉葱	米 さとう	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
22	木	豚とキャベツの洋風煮 じゃが芋の煮物 粥	豚小間肉	キャベツ 人参	米 じゃがいも、さとう	オリーブオイル、和風だし 濃口醤油、和風だし	ヘビーせんべい	アハノマハビ-煎餅
24	土	南瓜の味噌そぼろ煮 キャベツのお浸し 粥	鶏むね肉、みそ	かぼちゃ キャベツ、玉葱	米 さとう、片栗粉	和風だし うすくち醤油、和風だし	ハイハイ	ハイハイ
26	月	豆腐の煮物 じゃが芋の洋風煮 粥	充填豆腐	玉葱 人参	米 さとう じゃがいも	うすくち醤油、和風だし オリーブオイル	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
27	火	魚のみそ煮 人参の煮物 粥	白糸たら、みそ	アロギ- 人参、玉葱	米 さとう さとう	和風だし うすくち醤油、和風だし	ふかし芋	さつま芋
28	水	じゃが芋のそぼろ煮 大根のみそ煮 粥	鶏むね肉 みそ	大根、人参	米 じゃがいも、さとう、片栗粉 さとう	うすくち醤油、和風だし 和風だし	ヘビーせんべい	アハノマハビ-煎餅
29	木	鶏と南瓜の煮物 アロギ-のお浸し 粥	鶏むね肉	かぼちゃ アロギ-、玉葱	米 さとう	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	小魚せんべい	小魚おハイ
30	金	魚のじゃが芋煮 さつま芋の煮物 粥	白糸たら	キャベツ 人参	米 さとう さつま芋	オリーブオイル、和風だし うすくち醤油、和風だし	ハイハイ	ハイハイ