

※現在、中期食に該当する園児がない為、中期食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。

給食予定献立表 2023年_月

岡岡福祉会
離乳食(中期) (A)

- ※ 中期食は、食材をみじんざり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				
栄養素	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	106 kcal	4.3 g	0.8 g	22 g	0.4 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう				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	時間	献立名	ざいりょう
				魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	野菜類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類				
1	金	昼	鶏とキャベツのみそ煮 ブロッコリーの煮物 粥	鶏ミンチ、みそ	キャベツ ブロッコリー、人参	さとう さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも、塩
2	土	昼	豆腐と大根の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	充填豆腐	大根 ほうれん草、人参	さとう 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
4	月	昼	魚とさつま芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	黄金がし	ブロッコリー、人参	さつま芋、さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚むき
5	火	昼	豆腐のみそ煮 かぼちゃの煮物 粥	充填豆腐、みそ	人参 かぼちゃ、玉葱	さとう さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	ほうれん草と小松菜煎餅
6	水	昼	鶏とキャベツの煮物 大根のみそ煮 粥	鶏ミンチ みそ	キャベツ 大根、人参	さとう さとう 米	濃口醤油、和風だし 和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
7	木	昼	鶏と南瓜のみそ煮 玉葱の煮物 粥	鶏ミンチ、みそ	かぼちゃ 玉葱、人参	さとう さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
8	金	昼	豆腐の煮物 トマトのだし煮 粥	充填豆腐	人参 トマト、キャベツ	さとう 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アパ ママベビ-煎餅
9	土	昼	魚のあんかけ煮 大根のお浸し 粥	たら	ほうれん草 大根、人参	さとう、片栗粉 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
11	月	昼	豆腐のだし煮 キャベツの煮物 粥	充填豆腐	ブロッコリー キャベツ、人参	さとう 米	うすくち醤油、和風だし 濃口醤油、和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも、塩
12	火	昼	魚と南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	黄金がし	かぼちゃ ほうれん草、人参	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アパ ママベビ-煎餅
13	水	昼	大根の味噌そぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ、みそ	大根 ブロッコリー、人参	さとう、片栗粉 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚むき
14	木	昼	豆腐の煮物 さつま芋の甘煮 粥	充填豆腐	白菜 人参	さとう さつま芋、さとう 米	うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
15	金	昼	鶏とじゃが芋の煮物 キャベツの煮浸し 粥	鶏ミンチ	キャベツ、人参	じゃがいも、さとう 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ煎餅
16	土	昼	しらすと大根のくず煮 南瓜のみそ煮 粥	しらす干し みそ	大根 かぼちゃ、玉葱	片栗粉 さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
19	火	昼	魚とブロッコリーの煮物 さつま芋の甘煮 粥	たら	ブロッコリー 人参	さとう さつま芋、さとう 米	濃口醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
20	水	昼	鶏とキャベツの煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	キャベツ ほうれん草、玉葱	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚むき
21	木	昼	豆腐(木綿)のあんかけ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	木綿豆腐	玉葱 ブロッコリー、人参	さとう、片栗粉 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	ほうれん草と小松菜煎餅
22	金	昼	かぼちゃのそぼろ煮 白菜のだし煮 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ 白菜、人参	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アパ ママベビ-煎餅
25	月	昼	じゃが芋のそぼろ煮 人参の甘煮 粥	鶏ミンチ	人参、玉葱	じゃがいも、さとう さとう 米	濃口醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
26	火	昼	魚のみそ煮 キャベツの煮物 粥	たら、みそ	ほうれん草 キャベツ、人参	さとう さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
27	水	昼	鶏と南瓜の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ ブロッコリー、人参	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ煎餅
28	木	昼	魚と人参の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	黄金がし	人参 ほうれん草、大根	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アパ ママベビ-煎餅
29	金	昼	豆腐のみそ煮 かぼちゃの煮物 粥	絹ごし豆腐、みそ	人参 かぼちゃ、玉葱	さとう さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
30	土	昼	大根のそぼろ煮 さつま芋の甘煮 粥	鶏ミンチ	大根 人参	さとう さつま芋、さとう 米	濃口醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚むき