

給食予定献立表 2024年4月

明の守みに学園
離乳食(中期) (A)

- ※ 中期食は、食材をみじんぎ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				
	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	103 kcal	4.3 g	0.8 g	21 g	0.2 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう			おやつ			
				赤心・血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑心・からだの骨を造るもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄心・力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他	時間	献立名	ざいりょう
1	月	昼	豆腐(木綿)のだし煮 ブロッコリーのお浸し 粥	木綿豆腐	人参 アスパラ、玉葱	米	うすくち醤油、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
2	火	昼	さつま芋の味噌でほろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	ほうれん草、大根	米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アパパパベビー-煎餅
3	水	昼	魚とブロッコリーの煮物 白菜のお浸し 粥	黄金がけ	アスパラ、 白菜、人参	米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかし手	さつま芋
4	木	昼	鶏とじゃが芋の煮物 トマトのだし煮 粥	鶏ミンチ	トマト、キャベツ	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	しらす煎餅
5	金	昼	しらすとほうれん草のくず煮 南瓜の甘煮 粥	しらす干し	ほうれん草 かぼちゃ、玉葱	米	うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
6	土	昼	豆腐の煮物 大根のお浸し 粥	充填豆腐	玉葱 大根、人参	米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚のハイ
8	月	昼	魚のあんかけ煮 キャベツのお浸し 粥	たら	人参 キャベツ、玉葱	米	うすくち醤油、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
9	火	昼	鶏と白菜の煮物 アスパラのお浸し 粥	鶏ミンチ	白菜 アスパラ、人参	米	濃口醤油、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
10	水	昼	鶏とさつま芋のみそ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	ほうれん草、玉葱	米	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	しらす煎餅
11	木	昼	豆腐の煮物 南瓜の甘煮 粥	充填豆腐	キャベツ かぼちゃ、人参	米	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	約の草と小松菜煎餅
12	金	昼	鶏とブロッコリーの煮物 大根のお浸し 粥	鶏ミンチ	アスパラ、 大根、ほうれん草	米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかし手	さつま芋
13	土	昼	魚と人参の煮物 白菜のお浸し 粥	黄金がけ	人参 白菜、玉葱	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	アパパパベビー-煎餅
15	月	昼	豆腐の煮物 アスパラのお浸し 粥	充填豆腐	キャベツ アスパラ、人参	米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
16	火	昼	鶏と大根の煮物 さつま芋の甘煮 粥	鶏ミンチ	大根 玉葱	米	濃口醤油、和風だし さつま芋、さとう	3時	ハイハイ	ハイハイ
17	水	昼	豆腐の煮物 白菜のお浸し 粥	木綿豆腐	アスパラ、 白菜、人参	米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚のハイ
18	木	昼	魚とほうれん草の煮物 キャベツのお浸し 粥	黄金がけ	ほうれん草 キャベツ、大根	米	濃口醤油、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
19	金	昼	豆腐のみそ煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐	白菜 人参	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	約の草と小松菜煎餅
20	土	昼	鶏と大根のみそ煮 南瓜の甘煮 粥	鶏ミンチ	大根 かぼちゃ、玉葱	米	和風だし	3時	ベビーせんべい	アパパパベビー-煎餅
22	月	昼	かぼちゃの味噌でほろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ ほうれん草、玉葱	米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚のハイ
23	火	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐	人参 アスパラ	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	しらす煎餅
24	水	昼	しらすとキャベツのくず煮 白菜のお浸し 粥	しらす干し	キャベツ 白菜、大根	米	うすくち醤油、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
25	木	昼	豆腐のあんかけ煮 南瓜の煮物 粥	充填豆腐	アスパラ、 かぼちゃ、人参	米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚のハイ
26	金	昼	鶏と人参の煮物 キャベツのお浸し 粥	鶏ミンチ	人参 キャベツ、ほうれん草	米	濃口醤油、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
27	土	昼	魚と白菜の煮物 さつま芋の甘煮 粥	たら	白菜 玉葱	米	濃口醤油、和風だし さつま芋、さとう	3時	ハイハイ	ハイハイ
30	火	昼	じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	ほうれん草、玉葱	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	アパパパベビー-煎餅