

給食予定献立表 2024年4月

明の守みにく[®]に学園
離乳食(後期)(A)

※ 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(3歳以上)				
	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	146 kcal	6.1 g	1.5 g	29 g	0.4 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう			その他	おやつ			
				赤く、血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑く、からだの骨を築くもの 野菜類・海藻類・くだもの類	黄く、力や体温となるもの 穀類・油糧類・砂糖類・いも類		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		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	さつま芋の味噌そぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ、みそ		さつま芋、さとう、片栗粉	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アツパ、アツパビ、煎餅	
3	水	昼	魚とブロッコリーの煮物 白菜のお浸し 粥	黄金がし	アスパラ 白菜、人参	さとう	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	豚とじゃが芋の煮物 トマトのだし煮 粥	豚小間肉		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	3時	果物(りんご)	りんご	
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	片栗粉 さとう 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	さとう	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	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	3時	ふかしポテト	じゃがいも、塩	
9	火	昼	豚と白菜の煮物 アスパラのお浸し 粥	豚ヒレ肉	白菜 アスパラ、人参	さとう	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	鶏ヒレ肉、みそ		さつま芋、さとう	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	さとう さとう 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	納豆草と小松菜煎餅	
12	金	昼	鶏とブロッコリーの煮物 大根のお浸し 粥	鶏ヒレ肉	アスパラ 大根、ほうれん草	さとう	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	黄金がし	人参 白菜、玉葱	さとう	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	アツパ、アツパビ、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	さとう	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	豚と大根の煮物 さつま芋の甘煮 粥	豚ヒレ肉	大根 玉葱	さとう さつま芋、さとう 米	濃口醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ	
17	水	昼	豆腐(木綿)のじゃが芋煮 白菜のお浸し 粥	木綿豆腐	アスパラ 白菜、人参	さとう	じゃが芋、片栗粉 うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚ハイ	
18	木	昼	魚とほうれん草の煮物 キャベツのお浸し 粥	黄金がし	ほうれん草 キャベツ、大根	さとう	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、みそ	白菜 人参	さとう じゃがいも、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	納豆草と小松菜煎餅	
20	土	昼	鶏と大根のみそ煮 南瓜の甘煮 粥	鶏ヒレ肉、みそ	大根 かぼちゃ、玉葱	さとう さとう 米	和風だし	3時	ベビーせんべい	アツパ、アツパビ、煎餅	
22	月	昼	かぼちゃの味噌そぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ、みそ	かぼちゃ ほうれん草、玉葱	さとう、片栗粉	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	果物(オレンジ)	オレンジ	
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	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	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	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	さとう、片栗粉 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	小魚せんべい	小魚ハイ	
26	金	昼	鶏と人参の煮物 キャベツのお浸し 粥	鶏ヒレ肉	人参 キャベツ、ほうれん草	さとう	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	さとう さつま芋、さとう 米	濃口醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ	
30	火	昼	じゃが芋の洋風そぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	ほうれん草、玉葱	じゃがいも、片栗粉 米	片栗粉 うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アツパ、アツパビ、煎餅	