

給食予定献立表 2024年4月

明の守おかまち学園
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)			
栄養素	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	146 kcal	6.1 g	1.5 g	29 g
				食塩 0.4 g

日	曜日	時間	献立名	さいりょう				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、からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄く、力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	米		時間	献立名	さいりょう
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	さつま芋の味噌そぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	豚ミソ、みそ	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'マパ'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		米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかし芋	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	トマト、じゃが芋		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	3時	果物(りんご)	りんご
5	金	昼	しらすとほうれん草のくす煮 南瓜の甘煮 粥	しらす干し	ほうれん草 かぼちゃ、玉葱		米	片栗粉 さとう 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	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	小魚おハイ
8	月	昼	魚のあんかけ煮 キャベツのお浸し 粥	たら	人参 じゃが芋、玉葱		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	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	豚ヒ肉	白菜 アスパラ、人参		米	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	鶏ヒ肉、みそ	ほうれん草、玉葱		米	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	しらすわかめ煎餅
11	木	昼	豆腐の煮物 南瓜の甘煮 粥	充填豆腐	じゃが芋 かぼちゃ、人参		米	さとう さとう 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	れん草と小松菜煎餅
12	金	昼	鶏とブロッコリーの煮物 大根のお浸し 粥	鶏ヒ肉	アスパラ、 大根、ほうれん草		米	さとう 濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかし芋	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		米	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	アパ'マパ'ビ-煎餅
15	月	昼	豆腐の煮物 アスパラのお浸し 粥	充填豆腐	じゃが芋 アスパラ、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	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	豚ヒ肉	大根 玉葱		米	さとう さつま芋、さとう 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		米	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	小魚おハイ
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 じゃが芋、大根		米	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	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐	白菜 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	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	れん草と小松菜煎餅
20	土	昼	鶏と大根のみそ煮 南瓜の甘煮 粥	鶏ヒ肉、みそ	大根 かぼちゃ、玉葱		米	さとう さとう 和風だし	3時	ベビーせんべい	アパ'マパ'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	鶏ミソ、みそ	かぼちゃ ほうれん草、玉葱		米	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		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	3時	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ煎餅
24	水	昼	しらすとキャベツのくす煮 白菜のお浸し 粥	しらす干し	じゃが芋 白菜、大根		米	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	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	さとう、片栗粉 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	小魚おハイ
26	金	昼	鶏と人参の煮物 キャベツのお浸し 粥	鶏ヒ肉	人参 じゃが芋、ほうれん草		米	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		米	さとう さつま芋、さとう 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	鶏ミソ	ほうれん草、玉葱		米	じゃがいも、片栗粉 片栗粉 うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アパ'マパ'ビ-煎餅

