

給食予定献立表 2024年4月

明の守おかまち学園
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				
栄養素	102 kcal	4.3 g	0.8 g	21 g	0.3 g
平均栄養価					

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	その他		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		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	さつまいもの味噌そば煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏むね、みそ	ほうれん草、大根	さつまいも、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	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	ふかし芋	さつまいも
4	木	昼	鶏とじゃが芋の煮物 トマトのだし煮 粥	鶏むね	トマト、パセリ	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	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ煎餅
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	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	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 パセリ、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	鶏と白菜の煮物 アスパラのお浸し 粥	鶏むね	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	鶏とさつまいものみそ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏むね、みそ	ほうれん草、玉葱	さつまいも、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	パセリ かぼちゃ、人参	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	鶏むね	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	ふかし芋	さつまいも
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	パセリ 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	鶏と大根の煮物 さつまいもの甘煮 粥	鶏むね	大根 玉葱	さとう さつまいも、さとう	濃口醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
17	水	昼	豆腐の煮物 白菜のお浸し 粥	木綿豆腐	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	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 パセリ、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	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐	白菜 人参	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	鶏むね、みそ	大根 かぼちゃ、玉葱	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	かぼちゃの味噌そば煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏むね、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	小魚せんべい	小魚おハイ
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	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ず煮 白菜のお浸し 粥	しらす干し	パセリ 白菜、大根	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	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	鶏むね	人参 パセリ、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 さつまいもの甘煮 粥	たら	白菜 玉葱	さとう さつまいも、さとう	濃口醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
30	火	昼	じゃが芋のそば煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏むね	ほうれん草、玉葱	じゃがいも、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	ベビーせんべい	アパ'マパ'ビ-煎餅

